

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2024-01-22, poniedziałek	KRK- JPII Podstawowa	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)		Krem z dyni i marchwi *) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 141 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 90,1 Tłuszcz [g] 67 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Węglowodany ogółem [g] 302 w tym cukry [g] 47,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sól [g] 9,8
	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 JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)		Krem z dyni i marchwi *) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 145 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 82,2 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 301,6 w tym cukry [g] 45,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 Sól [g] 9,2
	KRK- JPII Latwo 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 JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Krem z dyni i marchwi *) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 116,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 91,2 Tłuszcz [g] 60,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5 Węglowodany ogółem [g] 315 w tym cukry [g] 51,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 7,6
	KRK- JPII Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Krem z dyni i marchwi *) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem* dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 854,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 89,9 Tłuszcz [g] 48,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 Węglowodany ogółem [g] 275,7 w tym cukry [g] 34,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Sól [g] 8,3

2024-01-22, poniedziałek

KRK- JP1 Cukrzyca niskotł. z ogr. wegl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Krem z dyni i marchwi *(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem (<u>)</u> 200 g (<u>SEL.</u>)	Podpłomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 033,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 86,1 Tłuszcz [g] 52,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 Węglowodany ogółem [g] 317,1 w tym cukry [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sól [g] 9,7
KRK- JP1 Nisko-tłuszczowa	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Krem z dyni i marchwi *(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem (<u>)</u> 200 g (<u>SEL.</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 175,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,5 Tłuszcz [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,1 Węglowodany ogółem [g] 349,7 w tym cukry [g] 51,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 8,1
KRK- JP1 Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Krem z dyni i marchwi *(<u>)</u> 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i twarogiem* dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka z kapusty czerwonej z olejem (<u>)</u> 200 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 156,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 87,5 Tłuszcz [g] 55,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 334,5 w tym cukry [g] 49,2 Błonnik pokarmowy [g] 37 Sól [g] 9,5
KRK- JP1 Dziecięca 10-18 lat	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU JE CZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Galaretko o smaku cytrynowym 150 g	Krem z dyni i marchwi *(<u>)</u> 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Naleśniki z serem 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek (<u>)</u> z/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka z kapusty czerwonej z olejem (<u>)</u> 200 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 238,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 87,4 Tłuszcz [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 361,9 w tym cukry [g] 64,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Sól [g] 7,7

2024-01-22 poniedziałek

KRK- JPil Płynna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Sonda Ob- dyniowa z ziemniakami 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] 2 133,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 135,3 Tłuszcz [g] 89,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 210,6 w tym cukry [g] 65,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sól [g] 3,6
KRK- JPil Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Papka Ob- dyniowa z ziemniakami JPil () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)		Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 144,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 128,5 Tłuszcz [g] 84,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 228,3 w tym cukry [g] 58,7 Błonnik pokarmowy [g] 27 Sól [g] 3,2
KRK- JPil Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Ziemniaki puree () 200 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 719,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,4 Tłuszcz [g] 30,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 Węglowodany ogółem [g] 283,9 w tym cukry [g] 17,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,7
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 JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 20 g	Galaretka o smaku cytrynowym 150 g	Krem z dyni i marchwi *() 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 250 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 150 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL.</u>)	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 10 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 479,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 50,6 Tłuszcz [g] 54 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 Węglowodany ogółem [g] 206,4 w tym cukry [g] 25,3 Błonnik pokarmowy [g] 22 Sól [g] 4,2

2024-01-22 poniedziałek	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Platki pszenne na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 40 g	Galaretką o smaku cytrynowym 150 g	Krem z dyni i marchwi *() 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 250 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 180 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 200 g (<u>SEL</u>)	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 793,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 65,3 Tłuszcz [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 257,5 w tym cukry [g] 31,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Sól [g] 6,7
	KRK- JPII Wegetariańska	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus 80 g (<u>SEZ</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)		Krem z dyni i marchwi *() 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 283,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,5 Tłuszcz [g] 83 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 308,9 w tym cukry [g] 46,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sól [g] 9
2024-01-23 wtorek	KRK- JPII Podstawowa	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Pomidor 90 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)		Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (<u>SEL</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 80 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 224,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,7 Tłuszcz [g] 60,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 326,2 w tym cukry [g] 49,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,8 Sól [g] 6,2
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)		Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka 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 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Galaretką drobiowa z udźca kurczaka () 100 g (<u>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] 2 188,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,3 Tłuszcz [g] 58 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Węglowodany ogółem [g] 321,5 w tym cukry [g] 47,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sól [g] 6,7
	KRK- JPII Łatwo strawna	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Pomidor 90 g		Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka 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 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 288,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,2 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 328,9 w tym cukry [g] 49,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sól [g] 6,7

KRK- JPII Cukrzyca z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g	Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 080,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,2 Tłuszcz [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 302,6 w tym cukry [g] 51,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,3 Sól [g] 8,6
KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</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>)	Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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	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] 2 096,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,5 Tłuszcz [g] 53,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 Węglowodany ogółem [g] 328,1 w tym cukry [g] 50,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 Sól [g] 9,7
KRK- JPII Niskotłuszczowa	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 g Pomidor 90 g		Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</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 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 320 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,6 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Węglowodany ogółem [g] 357,7 w tym cukry [g] 49,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Sól [g] 7,1
KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Roszponka 10 g Pomidor 90 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 80 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g 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] 2 598,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,4 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Węglowodany ogółem [g] 388,1 w tym cukry [g] 48,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,3 Sól [g] 9,1

2024-01-23 wtorek

KRK- JP11 Dziecięca 10-18 lat	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Kawa z mlekiem instant/p b/c, 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Rozsponka 10 g Pomidor 90 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)	Sok wieolowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 196,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,7 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 335,9 w tym cukry [g] 65,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sól [g] 6,9
KRK- JP11 Płynna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Sonda Ob- brokułowa z ziemniakami JP11 () 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- JP11 Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Papka Ob- brokułowa z ziemniakami JP11 () 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- JP11 Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 Węglowodany ogółem [g] 264,2 w tym cukry [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Sól [g] 2,7
KRK- JP11 Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 udzka 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 1 727,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,4 Tłuszcz [g] 34,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,6 Węglowodany ogółem [g] 283,8 w tym cukry [g] 17,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 7,3

2024-01-23 wtorek	KRK- JPII Dzieńca 1-3 lat	Zacierka na mleku 150 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Kawa z mlekiem instant/p b/c 150 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 40 g (MLE) Roszponka 10 g Pomidor b/skórki 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (GLU JECZ) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (GLU PSZ, SEL)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 10 g	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 259,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 58,8 Tłuszcz [g] 36 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,1 Węglowodany ogółem [g] 183,8 w tym cukry [g] 44,6 Błonnik pokarmowy [g] 17 Sól [g] 3,1
	KRK- JPII Dzieńca 4-9 lat	Zacierka na mleku 150 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Kawa z mlekiem instant/p b/c 180 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Roszponka 10 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Gulasz wołowy 150 g (GLU PSZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 015,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 88,7 Tłuszcz [g] 50,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 315,3 w tym cukry [g] 58,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Sól [g] 6,8
	KRK- JPII Wegetariańska	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE) Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Roszponka 10 g Pomidor 90 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)		Brokułowa z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 350 g (JAJ, MLE, SEL) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 80 g (MLE) Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 152,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 89,8 Tłuszcz [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Węglowodany ogółem [g] 300,3 w tym cukry [g] 52,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Sól [g] 6,6
2024-01-24 środa	KRK- JPII Podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Mix salat 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)		Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (MLE, SOJ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, 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] 2 176,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 92,3 Tłuszcz [g] 55,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 342,8 w tym cukry [g] 77,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Sól [g] 9
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Ketchup 10 g (SEL) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)		Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ziemniaki () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pietruszkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ) Ketchup 10 g (SEL) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 968,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 90,6 Tłuszcz [g] 53,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 291,3 w tym cukry [g] 33,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Sól [g] 9

KPK- JPII Łatwo strawna	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g		Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (<u>RYB</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] 2 261,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,5 Tłuszcz [g] 57,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5 Węglowodany ogółem [g] 353,5 w tym cukry [g] 78,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Sól [g] 6,8
KPK- JPII Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 40g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>)	Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c () 100 g (<u>MLE</u> , <u>SOJ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR</u>)	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (<u>RYB</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 000,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,4 Tłuszcz [g] 51,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 303,5 w tym cukry [g] 31,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 Sól [g] 9,6
KPK- JPII Cukrzycka niskotł. z ogr. łatw. wegł. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb pszenno-żytni 40g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u>)	Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (<u>RYB</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 083,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,6 Tłuszcz [g] 51,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Węglowodany ogółem [g] 327,2 w tym cukry [g] 30,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sól [g] 10,1
KPK- JPII Niskotłuszczowa	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g		Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Marchew oprószana z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (<u>RYB</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] 2 293,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,9 Tłuszcz [g] 46,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Węglowodany ogółem [g] 382,4 w tym cukry [g] 79,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sól [g] 7,2

2024-01-24 środa

2024-01-24 środa

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>ŻYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>)		Jarzynowa z makaronem dieta () 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (<u>MLE</u> , <u>SO2</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny () 80 g (<u>RYB</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 332,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 94,7 Tłuszcz [g] 55,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 379,6 w tym cukry [g] 80,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sól [g] 9,3
KRK- JPil Dziecięca 10-18 lat	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>)	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy () 100 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (<u>MLE</u> , <u>SO2</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka szwedzka b/c () 100 g (<u>GOR</u>)	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 312,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,6 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 354 w tym cukry [g] 92 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 Sól [g] 9,3
KRK- JPil Plymna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>)		Sonda Ob- jarzynowa z makaronem JPil () 800 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <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] 2 252 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 141,8 Tłuszcz [g] 90,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Węglowodany ogółem [g] 230 w tym cukry [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Sól [g] 3,5
KRK- JPil Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>)		Papka Ob- jarzynowa z makaronem 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] 2 221,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 134,3 Tłuszcz [g] 85,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 238,9 w tym cukry [g] 56,8 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</u> , <u>PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SO2</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 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

2024-01-24 środa	KRK- JPII Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 90 g Ziemniaki puree () 200 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona, parzona, z dod.wody, białka wp 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 755,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,6 Tłuszcz [g] 35,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,6 Węglowodany ogółem [g] 284,6 w tym cukry [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 5,4
	KRK- JPII Dziecięca 1-3 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 25 g Mix салат 10 g Pomidor b/skórki 20 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)	Jarzynowa z makaronem dieta () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy. () 30 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 50 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 150 ml Brokuł gotowany* 50 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 25 g (MLE.) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 10 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 432,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 62 Tłuszcz [g] 43,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Węglowodany ogółem [g] 204,7 w tym cukry [g] 74,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,5 Sól [g] 3,9
	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)	Jarzynowa z makaronem dieta () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy. () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 180 ml Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.)	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 102,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,6 Tłuszcz [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 309 w tym cukry [g] 83,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 Sól [g] 8,7
	KRK- JPII Wegetariańska	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)		Pieczarkowa z makaronem () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sos pietruszkowy. () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu () 100 g (MLE, SOJ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka szwedzka b/c () 100 g (GOR.)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 242,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87 Tłuszcz [g] 48,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 383 w tym cukry [g] 77,9 Błonnik pokarmowy [g] 39 Sól [g] 7,2
2024-01-25 czwartek	KRK- JPII Podstawowa	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Salata lodowa 20 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)		Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osi.niejad 60 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE.) Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 213,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,3 Tłuszcz [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Węglowodany ogółem [g] 325,1 w tym cukry [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,7 Sól [g] 11,2

KPK- JP1 Podstawowa bez surowizny	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szykowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 152,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,8 Tłuszcz [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Węglowodany ogółem [g] 317,8 w tym cukry [g] 26,7 Błonnik pokarmowy [g] 41,4 Sól [g] 10,7
KPK- JP1 Łatwo strawna	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szykowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 987,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,3 Tłuszcz [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 Węglowodany ogółem [g] 278,1 w tym cukry [g] 27,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Sól [g] 7,2
KPK- JP1 Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szykowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 078,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,5 Tłuszcz [g] 58,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 Węglowodany ogółem [g] 314,9 w tym cukry [g] 38,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Sól [g] 7,6
KPK- JP1 Cukrzycka niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szykowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kanapka z szynką i pomidorem(chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 147,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,2 Tłuszcz [g] 56,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 Węglowodany ogółem [g] 337,9 w tym cukry [g] 34,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Sól [g] 8,7
KPK- JP1 Niskotłuszczowa	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Sałata lodowa 20 g		Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szykowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 019,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,7 Tłuszcz [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 Węglowodany ogółem [g] 307 w tym cukry [g] 28,4 Błonnik pokarmowy [g] 24 Sól [g] 7,6

2024-01-25 czwartek

2024-01-25 czwartek

KRK- JPil Kardioogrodziana dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)		Ziemniaczana () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osi.niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 195,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,5 Tłuszcz [g] 71,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 306,6 w tym cukry [g] 30,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Sól [g] 8,3
KRK- JPil Dziecięca 10-18 lat	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)	Barszcz biały z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 150 g	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osi.niejad 60 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 002,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,2 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 283,2 w tym cukry [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Sól [g] 7,2
KRK- JPil Płynna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Sonda Ob-ziemniaczana 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] 2 114,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 134,5 Tłuszcz [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 207,5 w tym cukry [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 33 Sól [g] 3,6
KRK- JPil Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Papka Ob-ziemniaczana 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] 2 138,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,9 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 225,4 w tym cukry [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 3,2
KRK- JPil Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 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

2024-01-25 czwartek	KRK- JP1 Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 90 g Ziemniaki puree () 200 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 754,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,6 Tłuszcz [g] 36,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7 Węglowodany ogółem [g] 283,9 w tym cukry [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,8
	KRK- JP1 Dziecięca 1-3 lat	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Pomidor b/skórki 20 g Salata lodowa 10 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Ziemniaczana () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 200 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 30 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 150 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 zielona 10 g	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 257,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 51,3 Tłuszcz [g] 47,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,3 Węglowodany ogółem [g] 157,3 w tym cukry [g] 21,9 Błonnik pokarmowy [g] 17 Sól [g] 3,5
	KRK- JP1 Dziecięca 4-9 lat	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 180 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 809,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,6 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,2 Węglowodany ogółem [g] 244 w tym cukry [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 Sól [g] 6,6
	KRK- JP11 Wegetariańska	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Salata lodowa 20 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)		Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 350 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (MLE.) Surówka z rzodkwi białej i jabłka () 100 g (MLE.) Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 094,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,2 Tłuszcz [g] 69,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 296,6 w tym cukry [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,1 Sól [g] 6,9
2024-01-26 piątek	KRK- JP11 Podstawowa	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Twarożek 40 g (MLE.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)		Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba smażona (Dorsz) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z cebula i koperkiem 80 g (JAJ, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 443,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,5 Tłuszcz [g] 72,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Węglowodany ogółem [g] 372,4 w tym cukry [g] 64,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Sól [g] 6,6

2024-01-26 piątek	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 JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Ryba smażona (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj 80 g (<u>JAJ, GOR</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>)	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 321,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,3 Tłuszcz [g] 65,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Węglowodany ogółem [g] 361,6 w tym cukry [g] 56,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 6,9	
	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 JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Dżem 25g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos koperkowy. () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 390,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,5 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 363,8 w tym cukry [g] 60,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 5,7	
	KRK- JPII Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>)	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos koperkowy. () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z serkiem homo i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, serek homo 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,2 Tłuszcz [g] 56,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Węglowodany ogółem [g] 297,6 w tym cukry [g] 37,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,8 Sól [g] 6,1
	KRK- JPII Cukrzycowa niskotł. z ogr. łatw. wegl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>)	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos koperkowy. () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z serkiem homo i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, serek homo 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 143 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,2 Tłuszcz [g] 59 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 315 w tym cukry [g] 31,4 Błonnik pokarmowy [g] 29 Sól [g] 7,6

2024-01-26 piątek	KRK- JP Niskotłuszczowa	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 25g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy. () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 450,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98,9 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2 Węglowodany ogółem [g] 398,4 w tym cukry [g] 61,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 Sól [g] 6,1	
	KRK- JP 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 JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Dżem 25g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Szpinakowa z zacierką () 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy. () 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 407,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 86 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 390,1 w tym cukry [g] 63,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,8 Sól [g] 7,4	
	KRK- JP Dziecięca 10-18 lat	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Ryba smażona (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE,</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 480,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 81,2 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 399,1 w tym cukry [g] 77,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 Sól [g] 6,3
	KRK- JP Płynna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Sonda Ob- szpinakowa z zacierką JP () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, 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] 2 276 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 144,5 Tłuszcz [g] 92,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 Węglowodany ogółem [g] 231,1 w tym cukry [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Sól [g] 3,6
	KRK- JP Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Papka Ob- szpinakowa z zacierką JP () 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] 2 235,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 136 Tłuszcz [g] 86,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2 Węglowodany ogółem [g] 239,5 w tym cukry [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 27 Sól [g] 3,2

2024-01-26 piątek	KRK- JPII Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ryz 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.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 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 (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 90 g Ziemniaki puree () 200 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 734,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,2 Tłuszcz [g] 34,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,4 Węglowodany ogółem [g] 284,8 w tym cukry [g] 18,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 7,1
	KRK- JPII Dziecięca 1-3 lat	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 25g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Szpinakowa z zacierką () 150 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 30 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 50 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 150 ml Brokuł gotowany* 50 g	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (JAJ, MLE.) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 20 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 461,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 51,4 Tłuszcz [g] 35 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,2 Węglowodany ogółem [g] 242,4 w tym cukry [g] 60,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,3 Sól [g] 3,1
	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Dżem 25g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem z/c 150 ml	Szpinakowa z zacierką () 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy* b/c 180 ml Brokuł gotowany* 100 g	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (JAJ, MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 037,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 70,5 Tłuszcz [g] 48,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 342,1 w tym cukry [g] 68,5 Błonnik pokarmowy [g] 26 Sól [g] 5,4
	KRK- JPII Wegetariańska	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 25g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)		Szpinakowa z zacierką () 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 300 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Sos koperkowy () 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Salatka z kapusty czerwonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószony z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (JAJ, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 417,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,4 Tłuszcz [g] 73 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 371,3 w tym cukry [g] 65,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 6

2024-01-27 sobota	KRK- JPil Podstawowa	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z soczewicy () 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Bigos 350 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz ,parz w oslonce niejadalnej) 70 g (SOJ.) Ketchup 10 g (SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 425,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,6 Tłuszcz [g] 88,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 339,6 w tym cukry [g] 49,1 Błonnik pokarmowy [g] 36 Sól [g] 12,3	
	KRK- JPil Podstawowa bez surowizny	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет z soczewicy () 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Ketchup 10 g (SEL.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki () 200 g Bigos 350 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz ,parz w oslonce niejadalnej) 70 g (SOJ.) Ketchup 10 g (SEL.)	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 373,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,5 Tłuszcz [g] 85,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 334 w tym cukry [g] 47,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Sól [g] 11,1	
	KRK- JPil Łatwo strawna	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 40 g Salata zielona 20 g	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 169,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,8 Tłuszcz [g] 63,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Węglowodany ogółem [g] 311,8 w tym cukry [g] 49,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Sól [g] 8,2	
	KRK- JPil Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z soczewicy () 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Salata zielona 20 g	Kanapka z twarogiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarozek 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 234,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,1 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 Węglowodany ogółem [g] 326,7 w tym cukry [g] 41,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,6 Sól [g] 9,1
	KRK- JPil Cukrzycka niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z twarogiem i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twarozek 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane drobno tarte () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 100 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 205,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,7 Tłuszcz [g] 55,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Węglowodany ogółem [g] 346,9 w tym cukry [g] 48 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sól [g] 11,2

2024-01-27 sobota

KRK- JP11 Niskotłuszczowa	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte () 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 236,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,5 Tłuszcz [g] 52,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8 Węglowodany ogółem [g] 348,2 w tym cukry [g] 51,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Sól [g] 8,8
KRK- JP11 Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Platki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Paszтет z soczewicy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Koperkowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane drobno tarte () 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 510,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,5 Tłuszcz [g] 74,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 373,8 w tym cukry [g] 48,8 Błonnik pokarmowy [g] 38 Sól [g] 10,1
KRK- JP11 Dziecięca 10-18 lat	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Koperkowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane drobno tarte () 150 g	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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz ,parz w osłonce niejadalnej) 70 g (<u>SOJ.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 423,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,1 Tłuszcz [g] 78,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 Węglowodany ogółem [g] 349,4 w tym cukry [g] 59,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Sól [g] 9,5
KRK- JP11 Płynna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Sonda Ob- koperkowa z ryżem JP11 () 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] 2 228,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 136,5 Tłuszcz [g] 89,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 231,8 w tym cukry [g] 61,7 Błonnik pokarmowy [g] 31 Sól [g] 3,5
KRK- JP11 Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Papka Ob- koperkowa z ryżem JP11 () 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] 2 207,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 131,1 Tłuszcz [g] 85 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 240 w tym cukry [g] 56,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 Sól [g] 3,2

2024-01-27 sobota	KRK- JPII Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ryz 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.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 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 (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g	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.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 756,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 78,9 Tłuszcz [g] 37,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,2 Węglowodany ogółem [g] 285 w tym cukry [g] 17,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 7,3
	KRK- JPII Dziecięca 1-3 lat	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU JECZ.) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 10 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Koperkowa z ryżem () 150 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml Buraczki gotowane drobno tarte () 50 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz ,parz w osłonce niejadalnej) 70 g (SOJ.) Ketchup 10 g (SEL.) Pomidor b/skórki 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 412,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 61,1 Tłuszcz [g] 56,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 167 w tym cukry [g] 36,6 Błonnik pokarmowy [g] 13,8 Sól [g] 5,4
	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU JECZ.) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Koperkowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy-dieta 150 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml Buraczki gotowane drobno tarte () 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz ,parz w osłonce niejadalnej) 70 g (SOJ.) Ketchup 10 g (SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 978,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 80,5 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 277,4 w tym cukry [g] 55,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Sól [g] 8,6
	KRK- JPII Wegetariańska	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z soczewicy () 70 g (GLU PSZ, JAJ.) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)		Koperkowa z ryżem () 400 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka () 150 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane drobno tarte () 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek po grecku 80 g (MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 171,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 78,8 Tłuszcz [g] 52,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6 Węglowodany ogółem [g] 362,9 w tym cukry [g] 61 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Sól [g] 8,7

2024-01-28 niedziela	KRK- JPII Podstawowa	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>JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>)	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 60 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 559,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 137,7 Tłuszcz [g] 92,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Węglowodany ogółem [g] 307,5 w tym cukry [g] 47,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 7,1	
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>)	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 60 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 527,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 136,3 Tłuszcz [g] 90,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Węglowodany ogółem [g] 303,8 w tym cukry [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 Sól [g] 7,5	
	KRK- JPII Łatwa strawna	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>JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwińowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Salata zielona 20 g	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 559,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 134,7 Tłuszcz [g] 87,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 319,9 w tym cukry [g] 49,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Sól [g] 5	
	KRK- JPII Cukrzycoza z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Masłanka 150 ml (<u>MLE</u>)	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata(chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 339,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 136,3 Tłuszcz [g] 77,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 291,1 w tym cukry [g] 47,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 Sól [g] 6,5
	KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Salata zielona 20 g	Masłanka 150 ml (<u>MLE</u>)	Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1 szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona, parzona, z dod. wody, białka wp 50 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata(chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 435,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 129,3 Tłuszcz [g] 78,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 317,4 w tym cukry [g] 48,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 7,8

<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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 20 g</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 619,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 140 Tłuszcz [g] 76,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Węglowodany ogółem [g] 354,4 w tym cukry [g] 50,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Sól [g] 5,6</p>
<p>KRK- JP11 Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka Coleslaw b/c () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 694,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 134,1 Tłuszcz [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 350,4 w tym cukry [g] 45,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Sól [g] 7,1</p>
<p>2024-01-28 niedziela</p> <p>KRK- JP11 Dziecięca 10-18 lat</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)</p>	<p>Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)</p> <p>Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>)</p>	<p>Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Sok wieolowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 560,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 127,3 Tłuszcz [g] 90,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 Węglowodany ogółem [g] 324,1 w tym cukry [g] 55,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 Sól [g] 6,7</p>
<p>KRK- JP11 Płynna</p>	<p>Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)</p>	<p>Sonda Ob- rosół z makaronem JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)</p>		<p>Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 252 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 141,8 Tłuszcz [g] 90,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Węglowodany ogółem [g] 230 w tym cukry [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Sól [g] 3,5</p>
<p>KRK- JP11 Papkowata</p>	<p>Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)</p>	<p>Papka Ob- rosół z makaronem JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)</p>		<p>Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 221,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 134,3 Tłuszcz [g] 85,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 238,9 w tym cukry [g] 56,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 3,2</p>

2024-01-28 niedziela	KRK- JP11 Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryz na sytko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 Węglowodany ogółem [g] 264,2 w tym cukry [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Sól [g] 2,7
	KRK- JP11 Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 768,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,3 Tłuszcz [g] 37,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,1 Węglowodany ogółem [g] 284,1 w tym cukry [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 5,3
	KRK- JP11 Dziecięca 1-3 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 40 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 10 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Rosół z makaronem () 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 150 ml Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 10 g	Sok wielooowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 642,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 184,4 w tym cukry [g] 43 Błonnik pokarmowy [g] 15 Sól [g] 2,9
	KRK- JP11 Dziecięca 4-9 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Rosół z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 180 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędłina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Sok wielooowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 232,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,4 Tłuszcz [g] 76,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Węglowodany ogółem [g] 286,5 w tym cukry [g] 51 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Sól [g] 5
	KRK- JP11 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Grysiwka () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Kotlet z jaj 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka Coleslaw () 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z soczewicy,pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Salata zielona 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 438,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,8 Tłuszcz [g] 78,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 354 w tym cukry [g] 47,2 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sól [g] 8,5

2024-01-29 poniedziałek	KRK- JPII Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g 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>) 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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 2 024,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 83,6 Tłuszcz [g] 44,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Węglowodany ogółem [g] 333,1 w tym cukry [g] 37,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Sól [g] 7,5	
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, 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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu 80 g (<u>MLE.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 013,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 82,6 Tłuszcz [g] 44,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 328,1 w tym cukry [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Sól [g] 6,7	
	KRK- JPII Łatwo strawna	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 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 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 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] 2 027 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 79,7 Tłuszcz [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 Węglowodany ogółem [g] 325,5 w tym cukry [g] 43,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Sól [g] 4,7	
	KRK- JPII Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z twarogiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, salata 5g, twarózek 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 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 Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 80 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 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] 2 041,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 90,1 Tłuszcz [g] 48,3 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] 9,2
	KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z twarogiem i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, salata 5g, twarózek 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Mix sałat 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] 2 000 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 75,1 Tłuszcz [g] 39,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,1 Węglowodany ogółem [g] 348,6 w tym cukry [g] 26,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Sól [g] 9,1

2024-01-29 poniedziałek

KRK- JPII Niskotłuszczowa	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 140 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>		<p>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</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Mix салат 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 086,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,1 Tłuszcz [g] 38 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 Węglowodany ogółem [g] 360,2 w tym cukry [g] 44,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sól [g] 5,3</p>
KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)</p>		<p>Solferino () 400 ml (GLU PSZ, MLE, 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</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Mix салат 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 154,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,5 Tłuszcz [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 Węglowodany ogółem [g] 353,6 w tym cukry [g] 39,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Sól [g] 8,4</p>
KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat	<p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)</p>	Mandarynka 1 szt	<p>Grochowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, SEL.) Racuchy z twarogiem 250 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g (MLE.) Mix салат 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 348,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Węglowodany ogółem [g] 334,9 w tym cukry [g] 66,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 8,1</p>
KRK- JPII Płynna	Sonda Śn 800 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Sonda Ob- solferino JPII () 800 ml (SEL.)		Sonda Kol () 800 ml (JAJ, SEL.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	<p>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</p>
KRK- JPII Papkowata	Papka Śn 800 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)		Papka Ob- solferino JPII () 800 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)		Papka Kol () 800 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	<p>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</p>

2024-01-29 poniedziałek	KRK- JPII Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 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 (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 90 g Ziemniaki puree () 200 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 754,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,6 Tłuszcz [g] 36,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7 Węglowodany ogółem [g] 283,9 w tym cukry [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,8
	KRK- JPII Dziecięca 1-3 lat	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW.) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g	Mandarynka 1 szt	Solferino () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 100 g Mus z jabłek () z/c 100 g (MLE.) Sos jogurtowy naturalny 50 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 150 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 25 g (MLE.) 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] 1 117,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 38,1 Tłuszcz [g] 31,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 Węglowodany ogółem [g] 175,5 w tym cukry [g] 40,9 Błonnik pokarmowy [g] 13,5 Sól [g] 2,9
	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW.) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Sałata zielona 20 g	Mandarynka 1 szt	Solferino () 250 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 180 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g (MLE.) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 772,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 65,3 Tłuszcz [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 275,7 w tym cukry [g] 48,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 5,8
	KRK- JPII Wegetariańska	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ser żółty 20 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Sałata 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	osiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) 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.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 80 g (MLE.) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 087,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,8 Tłuszcz [g] 51,3 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] 6,7

2024-01-30 wtorek	KRK- JPII Podstawowa	Makarony drobne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej* 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] 2 452,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 105,2 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 354,4 w tym cukry [g] 40,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Sól [g] 10,2
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Makarony drobne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej* z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) 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] 2 432,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,8 Tłuszcz [g] 68 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 339,8 w tym cukry [g] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 9,4
	KRK- JPII Łatwa strawna	Makarony drobne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, 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 JECZ</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 Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka 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] 2 367,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 97,1 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Węglowodany ogółem [g] 350,6 w tym cukry [g] 39,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sól [g] 6,9
	KRK- JPII Cukrzyca z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</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>)	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>)	Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej* z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Salata zielona 20 g	Kanapka z twarogiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 307,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 108,4 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 322,6 w tym cukry [g] 34,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,4 Sól [g] 10

2024-01-30 wtorek

KRK-JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. wegl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Podpłomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE.)	Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) 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	Kefir 2% tł 200 ml (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z twarogiem i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 154,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,3 Tłuszcz [g] 55,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6 Węglowodany ogółem [g] 335,2 w tym cukry [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sól [g] 8,4
KRK-JPII Niskotłuszczowa	Makaron drobny na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 140 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Wielowarzywna z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) 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		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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.)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 399,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,6 Tłuszcz [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 Węglowodany ogółem [g] 379,5 w tym cukry [g] 40,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Sól [g] 7,4
KRK-JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Makaron drobny na mleku 400 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)		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.)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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.)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 502 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,2 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7 Węglowodany ogółem [g] 385,2 w tym cukry [g] 42,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Sól [g] 8,2
KRK-JPII Dziecięca 10-18 lat	Makaron drobny na mleku 250 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)	Jabłko 1 szt 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 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 Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew oprószana z olejem () 100 g (GLU PSZ.)	Galaretka o smaku pomarańczowym 150 g	Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g (RYB, SEL.) Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 295,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,6 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 361,4 w tym cukry [g] 47,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Sól [g] 8,5

2024-01-30 wtorek

KRK- JPlii Płynna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Sonda Ob-wielowarzywna z ziemniakami JPlii () 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] 2134 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- JPlii Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Papka Ob-wielowarzywna z ziemniakami JPlii () 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] 2150,5 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- JPlii Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 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- JPlii Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1768,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,3 Tłuszcz [g] 37,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,1 Węglowodany ogółem [g] 284,1 w tym cukry [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 5,3
KRK- JPlii 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (<u>może zawierać: MLE, GOR,</u>) Sałata 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	Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 40 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1347,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 55,7 Tłuszcz [g] 38,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,8 Węglowodany ogółem [g] 200,2 w tym cukry [g] 30 Błonnik pokarmowy [g] 15,6 Sól [g] 3,3

2024-01-30 wtorek	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 JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR</u>) Sałata 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 JECZ</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	Galaretką o smaku pomarańczowym 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka 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] 1 992,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 78,9 Tłuszcz [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Węglowodany ogółem [g] 308,9 w tym cukry [g] 40,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 6,4
	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 JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus zielony z ciecierzycy 80 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 80 g Sałata 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata 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] 2 437,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 87,9 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 395 w tym cukry [g] 48,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Sól [g] 7,4
	KRK- JPII Podstawowa	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) 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 Sałatka 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paszтет drobiowy z kurnej półki 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata 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] 2 469 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 97,7 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 388,4 w tym cukry [g] 92,3 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Sól [g] 5,3
2024-01-31 środa	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 JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 2 317 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 97,1 Tłuszcz [g] 63,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 351,2 w tym cukry [g] 52 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 Sól [g] 5,5
	KRK- JPII Latwo strawna	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Krem z selera () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazylkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalafior gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SÓL</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 356,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102 Tłuszcz [g] 55,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 Węglowodany ogółem [g] 376,7 w tym cukry [g] 93,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 6,3

2024-01-31 środa

<p>KRK- JPII Cukrzyca z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 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 czerwoniej 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 2 108,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 107,7 Tłuszcz [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 Węglowodany ogółem [g] 326,9 w tym cukry [g] 38,5 Błonnik pokarmowy [g] 44,8 Sól [g] 8,3</p>
<p>KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.</p>	<p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 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>) Dymia 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 2 143,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 97,7 Tłuszcz [g] 49 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 Węglowodany ogółem [g] 344,5 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 JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Dymia 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 2 388,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 106,5 Tłuszcz [g] 44,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,4 Węglowodany ogółem [g] 405,5 w tym cukry [g] 93,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Sól [g] 6,8</p>
<p>KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</p>	<p>Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</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 czerwoniej z olejem b/c 100 g</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Banan 1szt. 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 434,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,8 Tłuszcz [g] 55,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Węglowodany ogółem [g] 402,3 w tym cukry [g] 93,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 Sól [g] 7,8</p>

2024-01-31 środa

KRK- JPil Dziecięca 10-18 lat	Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Krem z selera () 250 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 Saiatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Sałata 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] 2 341,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,2 Tłuszcz [g] 60,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 372,9 w tym cukry [g] 98,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 Sól [g] 7
KRK- JPil Płynna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Sonda Ob- grysikowa JPil () 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] 2 174,8 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 (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Papka Ob- grysikowa 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] 2 175 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 (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 1 750,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,7 Tłuszcz [g] 37 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6 Węglowodany ogółem [g] 283,4 w tym cukry [g] 17 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,9

2024-01-31 środa	KRK- JP11 Dziecięca 1-3 lat	Ryż na mleku 150 ml (MLE.) Kakao/p b/c 150 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo o smaku wanilinowym 40 g (MLE.) Jabiko pieczone 1szt. 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Krem z selera () 150 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazylkowy () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Dyńia duszona z olejem* 50 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 150 ml Kalafor gotowany* 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 348 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 59,5 Tłuszcz [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,8 Węglowodany ogółem [g] 207,1 w tym cukry [g] 80,9 Błonnik pokarmowy [g] 19 Sól [g] 3,1
	KRK- JP11 Dziecięca 4-9 lat	Ryż na mleku 150 ml (MLE.) Kakao/p b/c 180 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE.) Jabiko 1 szt 1 szt	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)	Krem z selera () 250 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 100 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 180 ml Dyńia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ.)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 842,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,8 Tłuszcz [g] 43,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 Węglowodany ogółem [g] 290,1 w tym cukry [g] 91,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Sól [g] 6
	KRK- JP11 Wegetariańska	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (MLE.) Jabiko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)		Krem z selera () 400 ml (MLE, SEL.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek śmietankowy naturalny 80 g (MLE.) 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] 2 120,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,4 Tłuszcz [g] 51,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Węglowodany ogółem [g] 355 w tym cukry [g] 102,7 Błonnik pokarmowy [g] 44,7 Sól [g] 5,3
2024-02-01 czwartek	KRK- JP11 Podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)		Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy () 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 390,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,9 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 354,1 w tym cukry [g] 63,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Sól [g] 9,2
	KRK- JP11 Podstawowa bez surowizny	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Ketchup 10 g (SEL.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)		Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy () 70 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Ketchup 10 g (SEL.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.)	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 373,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,7 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 349,6 w tym cukry [g] 62,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 Sól [g] 8,3

<p>KRK- JPII Łatwo 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 JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Sałata 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata 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] 2 299,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,5 Tłuszcz [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 342,9 w tym cukry [g] 61,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sól [g] 8</p>
<p>KRK- JPII Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g</p>	<p>Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>)</p> <p>Barszcz 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z ciecierzycy () 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 366,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,9 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18 Węglowodany ogółem [g] 333,6 w tym cukry [g] 32,3 Błonnik pokarmowy [g] 46 Sól [g] 10,3</p>
<p>KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.</p>	<p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>)</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>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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT</u>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 289,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,4 Tłuszcz [g] 61,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 349,1 w tym cukry [g] 30,4 Błonnik pokarmowy [g] 29 Sól [g] 11,7</p>
<p>KRK- JPII 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 JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Sałata 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 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata 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] 2 331,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,9 Tłuszcz [g] 52,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Węglowodany ogółem [g] 371,8 w tym cukry [g] 61,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 Sól [g] 8,4</p>

2024-02-01 czwartek

2024-02-01 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, GLU, ŻYT, GLU, JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Sałata 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>) 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		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osi.niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata 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] 2 370,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,7 Tłuszcz [g] 64 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 358,3 w tym cukry [g] 60,1 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, PSZ, GLU, ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU, PSZ</u>)	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 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* 100 g	Banan 1szt. 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy () 70 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata 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] 2 456,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Węglowodany ogółem [g] 374,3 w tym cukry [g] 102,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Sól [g] 8,8
KRK- JPil Płynna	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</u>)		Sonda Ob- barszcz czerwony z ziemniakami 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] 2 142,6 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, PSZ, JAJ, MLE</u>)		Papka Ob- barszcz czerwony z ziemniakami 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] 2 047,3 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, PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 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

2024-02-01 czwartek	KRK- JP11 Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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, SO.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 1 743,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,2 Tłuszcz [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,7 Węglowodany ogółem [g] 285,5 w tym cukry [g] 17,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 7,4
	KRK- JP11 Dziecięca 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osi.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] 1 413,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 52,8 Tłuszcz [g] 42 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,9 Węglowodany ogółem [g] 212,7 w tym cukry [g] 84,6 Błonnik pokarmowy [g] 14,8 Sól [g] 3,7
	KRK- JP11 Dziecięca 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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osi.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] 1 862,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,4 Tłuszcz [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 286,4 w tym cukry [g] 92,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Sól [g] 7,5
	KRK- JP11 Wegetariańska	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 2 383,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,1 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Węglowodany ogółem [g] 361 w tym cukry [g] 64,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Sól [g] 9,2
2024-02-02 piątek	KRK- JP11 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 JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Gruszka 1szt. 150 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Kalaflorowa 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 (bez cukru) () 200 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z cebula 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] 2 434,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,4 Tłuszcz [g] 65,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 394,3 w tym cukry [g] 97,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 Sól [g] 7,1

2024-02-02 piątek	KRK- JP1I 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 JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 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 (bez cukru) () 200 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 2 347 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,8 Tłuszcz [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 383,7 w tym cukry [g] 91,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 6,8	
	KRK- JP1I Łatwa 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 JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 (bez cukru) () 200 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 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] 2 476,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,7 Tłuszcz [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 386,2 w tym cukry [g] 95 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sól [g] 5,5	
	KRK- JP1I Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 (bez cukru) () 200 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 twarożkiem i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 047,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,7 Tłuszcz [g] 54,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5 Węglowodany ogółem [g] 315,9 w tym cukry [g] 62,4 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 Sól [g] 6,6
	KRK- JP1I 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 JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z białek z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z twarożkiem i pomidorem (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 103,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,5 Tłuszcz [g] 52,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6 Węglowodany ogółem [g] 327,7 w tym cukry [g] 51,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sól [g] 7,1
	KRK- JP1I 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 JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 (bez cukru) () 200 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 2 536,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,1 Tłuszcz [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6 Węglowodany ogółem [g] 420,9 w tym cukry [g] 95,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Sól [g] 5,9

KRK- JPil Kardiołączna 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 JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)		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 () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 552,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,1 Tłuszcz [g] 65,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,2 Węglowodany ogółem [g] 418,6 w tym cukry [g] 98,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Sól [g] 8,1
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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 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>)	Kalaforowa 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 (bez cukru) () 200 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 Podpiomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 456,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,9 Tłuszcz [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 405,5 w tym cukry [g] 109,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Sól [g] 6,9
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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 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

2024-02-02 piątek	KRK- JPil Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 1 750,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,7 Tłuszcz [g] 37 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] 6,9
	KRK- JPil Dziecięca 1-3 lat	Zacierka na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kakao/p b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Gruszka 1szt. 150 g	Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)	Kalaflorowa z ryżem () 150 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 150 ml Sos jarzynowy () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Mix салат 15 g Pomidor b/skórki 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] 1 371,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 49,5 Tłuszcz [g] 33 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,6 Węglowodany ogółem [g] 225,8 w tym cukry [g] 73,8 Błonnik pokarmowy [g] 14,4 Sól [g] 2,6
	KRK- JPil Dziecięca 4-9 lat	Zacierka na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kakao/p b/c 180 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Gruszka 1szt. 150 g	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 Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 180 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 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 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 Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 055,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 70 Tłuszcz [g] 47,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6 Węglowodany ogółem [g] 350,8 w tym cukry [g] 99,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Sól [g] 5,2
	KRK- JPil Wegetariańska	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Gruszka 1szt. 150 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)		Kalaflorowa z ryżem () 400 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pierogi ukraińskie z cebulką* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 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] 2 438 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 76,9 Tłuszcz [g] 70,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 390,2 w tym cukry [g] 99,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Sól [g] 6,1
2024-02-03 sobota	KRK- JPil Podstawowa	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) 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 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 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 35 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 089,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,4 Tłuszcz [g] 55,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 323,8 w tym cukry [g] 41,9 Błonnik pokarmowy [g] 33 Sól [g] 9,2

2024-02-03 sobota	KRK- JP11 Podstawowa bez surowizyny	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej () 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 097,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,8 Tłuszcz [g] 56,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 320 w tym cukry [g] 40,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sól [g] 9,5	
	KRK- JP11 Łatwo strawna	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta () 100 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 35 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 185,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,9 Tłuszcz [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 Węglowodany ogółem [g] 341,1 w tym cukry [g] 45,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Sól [g] 7,3	
	KRK- JP11 Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta () 100 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: MLE, 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] 2 089,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,2 Tłuszcz [g] 47 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- JP11 Cukrzycka niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta () 100 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: MLE, 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] 2 179,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,3 Tłuszcz [g] 48,1 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
	KRK- JP11 Nisko tłuszczowa	Platki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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		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 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta () 100 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata zielona 35 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 245,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,3 Tłuszcz [g] 45,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 375,7 w tym cukry [g] 45,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 7,9

2024-02-03 sobota	KRK- JPil Kardio logiczne dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) 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 Surówka z selera z jogurtem () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta () 100 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salata zielona 35 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 298,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,3 Tłuszcz [g] 54,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 Węglowodany ogółem [g] 375,4 w tym cukry [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 Sól [g] 9,7	
	KRK- JPil Dziecięca 10-18 lat	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Salata zielona 20 g	Jabiko 1 szt 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami () 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 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 mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta () 100 g (<u>MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</u>) Salata zielona 35 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 096,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,4 Tłuszcz [g] 44,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 351,9 w tym cukry [g] 84,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Sól [g] 8
	KRK- JPil Plyma	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Sonda Ob-ziemniaczana JPil () 800 ml (<u>SEL,</u>)	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 073,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 132,7 Tłuszcz [g] 89,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 199,3 w tym cukry [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sól [g] 4,3		
	KRK- JPil Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Papka Ob-ziemniaczana 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 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

2024-02-03 sobota	KRK- JP1 Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.)	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Ziemniaki puree () 200 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 1 733,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,6 Tłuszcz [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,2 Węglowodany ogółem [g] 285,4 w tym cukry [g] 17,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 7,7
	KRK- JP1 Dzieńca 1-3 lat	Płatki pszenne na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Ziemniaczana () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 100 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem () 50 g (GLU PSZ, SEL.)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta () 50 g (MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 15 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 273,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 55 Tłuszcz [g] 32,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,9 Węglowodany ogółem [g] 198 w tym cukry [g] 67,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,4 Sól [g] 3,4
	KRK- JP1 Dzieńca 4-9 lat	Płatki pszenne na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Ziemniaczana () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (GLU PSZ, SEL.) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta () 100 g (MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 35 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 901,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,5 Tłuszcz [g] 43,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,3 Węglowodany ogółem [g] 312,4 w tym cukry [g] 78,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Sól [g] 6,4
	KRK- JP1 Wegetariańska	Płatki pszenne na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g 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 sojowy z warzywami * 150 g (GLU PSZ, SOJ, 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.)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g (MLE, SEL.) Salata zielona 35 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 000,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,6 Tłuszcz [g] 41 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,6 Węglowodany ogółem [g] 340,5 w tym cukry [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 44 Sól [g] 7,4
2024-02-04 niedziela	KRK- JP1 Podstawowa	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser żółty 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 Kotlet schabowy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Kapusta zasmażana () 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, MLE.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 183,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,2 Tłuszcz [g] 69,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 307,4 w tym cukry [g] 38,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Sól [g] 7,8

2024-02-04 niedziela	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 JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>SEL</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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Kielbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobiona 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] 2 090,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,1 Tłuszcz [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 296,8 w tym cukry [g] 33,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 Sól [g] 8,4	
	KRK- JPII Latwo 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 JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, 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] 1 980,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98 Tłuszcz [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5 Węglowodany ogółem [g] 294,3 w tym cukry [g] 39,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 Sól [g] 5,5	
	KRK- JPII Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 (march, kalafior, brokuł)* 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, 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] 1 966,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,1 Tłuszcz [g] 47,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,4 Węglowodany ogółem [g] 303,4 w tym cukry [g] 33,4 Błonnik pokarmowy [g] 37 Sól [g] 7,7
	KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. weg. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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, twaróg 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, 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] 1 967,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,2 Tłuszcz [g] 41,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,1 Węglowodany ogółem [g] 318,5 w tym cukry [g] 31,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sól [g] 8,7
	KRK- JPII Niskotłuszczowa	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, 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] 2 040,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,2 Tłuszcz [g] 39 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,1 Węglowodany ogółem [g] 329 w tym cukry [g] 39,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 6,1

KRK- JP11 Kardio logiczne 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 JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 (march,kalafior, brokuł)* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, 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] 2 152,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97 Tłuszcz [g] 53,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 Węglowodany ogółem [g] 332,5 w tym cukry [g] 40,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 7,8
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>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) 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 (march,kalafior, brokuł)* 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 2 072,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,5 Tłuszcz [g] 54,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 315,9 w tym cukry [g] 43,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 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
KRK- JP11 Papkowata	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Papka Ob- pomidorowa z makaronem JP11 () 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] 2 229 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- JP11 Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 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

2024-02-04 niedziela	KRK- JP/II Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 90 g Ziemniaki puree () 200 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.)	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 774 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80 Tłuszcz [g] 39,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,6 Węglowodany ogółem [g] 283 w tym cukry [g] 17,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,5
	KRK- JP/II Dziecięca 1-3 lat	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Kakao/p b/c 150 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 40 g (MLE.) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Pomidorowa z makaronem () 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Klopsik wieprzowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 30 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g (może zawierać: MLE, GOR.) 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] 1 134,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 49,2 Tłuszcz [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,8 Węglowodany ogółem [g] 157,8 w tym cukry [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 11,1 Sól [g] 2,7
	KRK- JP/II Dziecięca 4-9 lat	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE.) Kakao/p b/c 180 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE.)	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Klopsik wieprzowy 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml	Biszkopty b/m 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (może zawierać: MLE, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 686,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 73,5 Tłuszcz [g] 44,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 Węglowodany ogółem [g] 254,4 w tym cukry [g] 30,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sól [g] 5,3
	KRK- JP/II Wegetariańska	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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 (march, kalafior, brokuł)* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 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] 2 218,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,3 Tłuszcz [g] 68,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 320,7 w tym cukry [g] 40,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 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,