

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2024-02-19 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

2024-02-19 poniedziałek	KRK- JP11 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.</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- JP11 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- JP11 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.</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- JP11 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

2024-02-19 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

2024-02-19 poniedziałek	KRK- JPII Dzieńca 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	Galaretki 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
2024-02-20 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 Galaretki 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 Galaretki 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

2024-02-20 wtorek

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

2024-02-20 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> ) 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	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> ) Salata 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

2024-02-20 wtorek	KRK- JPII Dzieńca 1-3 lat	Zacierka na mleku 150 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Kawa z mlekiem instant/p b/c 150 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 40 g ( <b>MLE</b> ) Roszponka 10 g Pomidor b/skórki 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ziemniakami ( ) 150 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 50 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Kawa z mlekiem instant/p b/c 180 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 90 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Kawa z mlekiem instant/p b/c 250 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Roszponka 10 g Pomidor 90 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )		Brokułowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 350 g ( <b>JAJ, MLE, SEL</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 80 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	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
2024-02-21 środa	KRK- JPII Podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Mix salat 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )		Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 100 g ( <b>MLE, SOJ</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka szwedzka b/c ( ) 100 g ( <b>GOR</b> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	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 ( <b>MLE</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Ketchup 10 g ( <b>SEL</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )		Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki ( ) 200 g Pulpet drobiowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g ( <b>RYB, SOJ</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	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

KRW- JPII Łatwo strawna	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 Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml 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
KRW- 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 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, SOJ, MLE</u> )	Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, 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> )	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] 2 000,1 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
KRW- JPII Cukrzycka niskotł. z ogr. łatw. wegł. 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 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, SOJ, MLE, GLU ŻYT</u> )	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE</u> )	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] 2 083,9 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
KRW- JPII Niskotłuszczowa	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 Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> ) Sos pietruszkowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml 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

2024-02-21 środa

2024-02-21 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 ogółemwg 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 10-18lat	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 ogółemwg 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 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
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 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
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 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

2024-02-21 środa	KRK- JPII 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> ) 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	Biskopiy 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 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] 1 755,4 Białko ogółem wg 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
2024-02-21 środa	KRK- JPII 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 JECZ.</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 Mix салат 10 g Pomidor b/skórki 20 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 100 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy. ( ) 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml Brokuł gotowany* 50 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) 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 ogółem wg 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
2024-02-21 środa	KRK- JPII 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 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 wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Jarzynowa z makaronem dieta ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 180 ml 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 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU 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 pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 2 102,9 Białko ogółem wg 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
2024-02-22 czwartek	KRK- JPII 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 Pasta z fasoli 80 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Pieczarkowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ.</u> ) Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 100 g ( <u>MLE, SOJ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka szwedzka b/c ( ) 100 g ( <u>GOR.</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 Szynekowa 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> ) Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 2 242,1 Białko ogółem wg 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
2024-02-22 czwartek	KRK- JPII Podstawowa	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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 Salata lodowa 20 g Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Chleb Graham 30 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 Szynekowa 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> ) Salata 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] 2 409,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 353,4 w tym cukry [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 45,9 Sól [g] 11,3

2024-02-22 czwartek

KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )		Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Fasolka po bretońsku 350 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 348,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,4 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 346,1 w tym cukry [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 43,6 Sól [g] 10,8
KRK- JPII Łatwa strawna	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g		Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*( ) 350 g ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 198,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,6 Tłuszcz [g] 68,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 310,3 w tym cukry [g] 40,1 Błonnik pokarmowy [g] 27 Sól [g] 7,4
KRK- JPII Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Papryka świeża 80 g Salata lodowa 20 g	Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*( ) 350 g ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 093,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,2 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,5 Węglowodany ogółem [g] 318,7 w tym cukry [g] 40,1 Błonnik pokarmowy [g] 41,2 Sól [g] 7,7
KRK- JPII Cukrzycka niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g	Biszkopty b/c 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*( ) 350 g ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 150 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i pomidorem(chleb pszenno-żyt 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 162,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,9 Tłuszcz [g] 57 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 Węglowodany ogółem [g] 341,8 w tym cukry [g] 36,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 8,8
KRK- JPII Niskotłuszczowa	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Salata lodowa 20 g		Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*( ) 350 g ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 230,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,1 Tłuszcz [g] 57,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14 Węglowodany ogółem [g] 339,2 w tym cukry [g] 40,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Sól [g] 7,9

KPK- JPil Kardio logiczne dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	<p>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 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>)</p>		<p>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</p>		<p>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                  Szybkowa 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>)</p>	<p>Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.</u>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 406,6                  Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,8                  Tłuszcz [g] 77,4                  Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18                  Węglowodany ogółem [g] 338,7                  w tym cukry [g] 42,9                  Błonnik pokarmowy [g] 40,3                  Sól [g] 8,5</p>
KPK- JPil Dziecięca 10-18lat	<p>Płatki owsiane na mleku 250 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>)                  Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>)                  Papryka świeża 80 g                  Sałata lodowa 20 g                  Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Barszcz biały z ziemniakami ( ) 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>)                  Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 250 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>)                  Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>)                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Cukinia pieczona z olejem * 150 g</p>	<p>Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)                  Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt                  Szybkowa 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>)</p>	<p>Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.</u>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 101,9                  Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,8                  Tłuszcz [g] 64,7                  Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19                  Węglowodany ogółem [g] 300                  w tym cukry [g] 39,5                  Błonnik pokarmowy [g] 35,9                  Sól [g] 7,2</p>
KPK- JPil Plyma	<p>Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)</p>		<p>Sonda Ob-ziemniaczana JPil ( ) 800 ml (<u>SEL.</u>)</p>		<p>Sonda Kol ( ) 800 ml (<u>JAJ, SEL.</u>)</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,6                  Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 134,5                  Tłuszcz [g] 89,4                  Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6                  Węglowodany ogółem [g] 207,5                  w tym cukry [g] 62,3                  Błonnik pokarmowy [g] 33                  Sól [g] 3,6</p>
KPK- JPil Papkowata	<p>Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)</p>		<p>Papka Ob-ziemniaczana JPil ( ) 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] 2 138,9                  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</p>
KPK- JPil Biegunkowa	<p>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</p>	<p>Chrupki kukurydziane 20 g</p>	<p>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</p>	<p>Biszkopty b/m 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u>)</p>	<p>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</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>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</p>

2024-02-22 czwartek

	KRK- JPII 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> ) 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 tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 754,1 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	Platki owsiane na mleku 150 ml ( <u>MLE, GLU OW.</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 Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 20 g Sałata lodowa 10 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Ziemniaczana ( ) 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*( ) 200 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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 Sałata zielona 10 g	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] 1 283,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 51 Tłuszcz [g] 47,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,1 Węglowodany ogółem [g] 164,3 w tym cukry [g] 23 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Sól [g] 3,5
	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Platki owsiane na mleku 150 ml ( <u>MLE, GLU OW.</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> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Ziemniaczana ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</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 180 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	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 ost.niejad 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka 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] 1 837,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,3 Tłuszcz [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 251,6 w tym cukry [g] 31,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Sól [g] 6,5
	KRK- JPII Wegetariańska	Platki 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> ) 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 Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 350 g ( <u>SEL, GLU JECZ.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) 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 Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) 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] 2 291 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,8 Tłuszcz [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 324,9 w tym cukry [g] 48,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Sól [g] 7
	KRK- JPII Podstawowa	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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 Twarożek 40 g ( <u>MLE.</u> ) 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 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> )		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] 2 443,6 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

2024-02-22 czwartek

2024-02-23 piątek

2024-02-23 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 25 g 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 oprószany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Szpinakowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) 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] 2 399,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,3 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Węglowodany ogółem [g] 364,1 w tym cukry [g] 60,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 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 Pieczeń z ryby mielonej (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 oprószany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</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 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] 2 039,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,2 Tłuszcz [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 301,6 w tym cukry [g] 51,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 6,1
	KRK- JPII Cukrzycowa niskotł. z ogr. łatw. wegł. 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 Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	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 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] 2 149,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,2 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 319,1 w tym cukry [g] 46,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sól [g] 7,6

2024-02-23 piątek	KRK- JP11 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 Pieczeń z ryby mielonej (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] 2 458,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,7 Tłuszcz [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 Węglowodany ogółem [g] 398,7 w tym cukry [g] 61,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 6,1	
	KRK- JP11 Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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 Pieczeń z ryby mielonej (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] 2 416 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 87,8 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 390,3 w tym cukry [g] 63,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 Sól [g] 7,4	
	KRK- JP11 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> )	Galaretka 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- JP11 Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )		Sonda Ob- szpinakowa z zacierką JP11 ( ) 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- JP11 Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )		Papka Ob- szpinakowa z zacierką 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] 2 235,7 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

2024-02-23 piątek	KRK- JPII Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryz na sytko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 90 g Ziemniaki puree ( ) 200 g ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 100 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy ( ) 30 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 50 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml Brokuł gotowany* 50 g	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Salata zielona 10 g Pomidor b/skórki 20 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 470,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 53,2 Tłuszcz [g] 35 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,3 Węglowodany ogółem [g] 242,6 w tym cukry [g] 60,7 Błonnik pokarmowy [g] 15,4 Sól [g] 3,1
	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Kasza manna na mleku 150 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Sos koperkowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 180 ml Brokuł gotowany* 100 g	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 045,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72,3 Tłuszcz [g] 48,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 342,3 w tym cukry [g] 68,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 5,4
	KRK- JPII Wegetariańska	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> )		Szpinakowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Sos koperkowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn oprószany z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <b>JAJ, GOR.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	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

2024-02-24 sobota	KRK- JPII Podstawowa	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z soczewicy () 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Bigos 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz ,parz w osłonce niejadalnej) 70 g ( <b>SÓJ.</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 80 g Sałata 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- JPII Podstawowa bez surowizny	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Paszтет z soczewicy () 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki () 200 g Bigos 350 g ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz ,parz w osłonce niejadalnej) 70 g ( <b>SÓJ.</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL.</b> )	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- JPII Łatwo strawna	Platki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 Sałata zielona 20 g	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Sałata 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- JPII Cukrzyca z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z soczewicy () 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Sałata zielona 20 g	Kanapka z twarogiem i sałata ( chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane drobno tarte() b/c 100 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SÓJ, MLE.</b> )	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- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 Sałata zielona 20 g	Kanapka z twarogiem i sałata ( chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> )	Koperkowa z ryżem () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Buraczki gotowane drobno tarte () 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SÓJ, MLE, GLU ŻYT.</b> )	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

2024-02-24 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>SOL.</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

2024-02-24 sobota	KRK- JPII Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryz na sytko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki puree ( ) 200 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )	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 ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Koperkowa z ryżem ( ) 150 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 100 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz ,parz w oslonce niejadalnej) 70 g ( <b>SOJ.</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL.</b> ) 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 ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Koperkowa z ryżem ( ) 250 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 150 g	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz ,parz w oslonce niejadalnej) 70 g ( <b>SOJ.</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL.</b> ) 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 ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z soczewicy ( ) 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )		Koperkowa z ryżem ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i jabłka ( ) 150 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki gotowane drobno tarte ( ) 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek po grecku 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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

2024-02-25 niedziela	KRK- JPII Podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka Coleslaw () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) 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 ogółemwg 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 ( <b>MLE</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 60 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL</b> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 527,9 Białko ogółemwg 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 ( <b>MLE</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 20 g	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) 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 ogółemwg 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 Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt	Masłanka 150 ml ( <b>MLE</b> )	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Surówka Coleslaw b/c () 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata(chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 339,7 Białko ogółemwg 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 ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Salata zielona 20 g	Masłanka 150 ml ( <b>MLE</b> )	Rosół z makaronem () 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 50 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata(chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 435,3 Białko ogółemwg 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

2024-02-25 niedziela	KRK- JP11 Niskotłuszczowa	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 140 g ( <u>GLU</u> , <u>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	Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>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</u> , <u>PSZ</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 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	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 619,1 Białko ogółem wg 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		
	KRK- JP11 Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>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 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</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 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> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ZYT</u> ) 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] 2 694,7 Białko ogółem wg 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		
	KRK- JP11 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>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> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Rosół z makaronem () 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka 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> )	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkami 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	Sok wieolowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 560,7 Białko ogółem wg 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
	KRK- JP11 Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> )	Sonda Ob- rosół z makaronem JP11 () 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- JP11 Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> )	Papka Ob- rosół z makaronem JP11 () 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		

2024-02-25 niedziela	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 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- 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 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- JPil Dziecięca 1-3 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml ( <u>MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEŃCZ.</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 brzoskwińowym 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 wieloowocowy 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- JPil Dziecięca 4-9 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml ( <u>MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEŃCZ.</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 brzoskwińowym 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 wieloowocowy 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- JPil Wegetariańska	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEŃCZ.</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

2024-02-26 poniedziałek	KRK- JPII Podstawowa	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ketchup 10 g ( <b>SEL.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu 80 g ( <b>MLE.</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL.</b> )	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	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 twarożkiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, salata 5g, twarożek 25g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <b>MLE.</b> ) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	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 ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 twarożkiem i salata (chleb pszenno-żyty 60g, margaryna 5g, salata 5g, twarożek 25g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> )	Solferino ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g ( <b>MLE.</b> ) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</b> )	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

2024-02-26 poniedziałek

KRK- JPII Niskotłuszczowa	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<b>MLE, GLU OW.</b>)                  Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                  Bułka pszenna długa krojona 140 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  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 (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                  Ryż na sypko 200 g                  Mus z jabłek ( ) z/c 100 g                  Sos jogurtowy naturalny 100 g (<b>MLE.</b>)                  Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Bułka pszenna długa krojona 120 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt                  Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<b>MLE.</b>)                  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 (<b>MLE, GLU OW.</b>)                  Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                  Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  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 (<b>GLU PSZ.</b>)</p>		<p>Solferino ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                  Ryż na sypko (brązowy) 200 g                  Mus z jabłek ( ) z/c 100 g                  Sos jogurtowy naturalny 100 g (<b>MLE.</b>)                  Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt                  Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<b>MLE.</b>)                  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 (<b>MLE, GLU OW.</b>)                  Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b>)                  Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                  Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g                  Ogórek kiszony 80 g                  Salata zielona 20 g                  Chleb Graham 30 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p>	Mandarynka 1 szt	<p>Grochowa z ziemniakami ( ) 250 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                  Racuchy z twarogiem 250 g (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b>)                  Mus z jabłek ( ) z/c 100 g                  Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt                  Ser żółty 60 g (<b>MLE.</b>)                  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	<p>Sonda Śn 800 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b>)</p>		<p>Sonda Ob- solferino JPII ( ) 800 ml (<b>SEL.</b>)</p>		<p>Sonda Kol ( ) 800 ml (<b>JAJ, SEL.</b>)</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<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	<p>Papka Śn 800 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b>)</p>		<p>Papka Ob- solferino JPII ( ) 800 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b>)</p>		<p>Papka Kol ( ) 800 ml (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b>)</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<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>

2024-02-26 poniedziałek	KRK- JPII Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 90 g Ziemniaki puree ( ) 200 g ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )	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 ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 100 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g ( <b>MLE.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 25 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Sałata zielona 20 g	Mandarynka 1 szt	Solferino ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 180 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) 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 ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )		Grochowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	osiane 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i cebuli 80 g ( <b>MLE.</b> ) 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

2024-02-27 wtorek	KRK- JP   Podstawowa	Makarony drobne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )		Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem ( ) 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )		Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej* z warzywami ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	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- JP   Podstawowa bez surowizny	Makarony drobne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )		Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej* z warzywami ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL</b> ) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	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- JP   Łatwa strawna	Makarony drobne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> )	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- JP   Cukrzyca z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos ziołowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem ( ) 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> )	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )	Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej* z warzywami ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL</b> ) Salata zielona 20 g	Kanapka z twarożkiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE</b> )	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

2024-02-27 wtorek

KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. wegl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Podpłomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z twarogiem i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )		Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem ( ) 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Jabłko 1 szt 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos ziołowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Galaretka o smaku pomarańczowym 150 g	Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami ( ) 80 g ( <b>RYB, SEL.</b> ) Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	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

2024-02-27 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 udzka 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> ) Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami () 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <u>GLU JĘCZ,</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> ) Sos ziołowy () 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Marchew oprószana z olejem () 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml Cukinia pieczona z olejem * 50 g	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 Salata 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

2024-02-27 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 Pasztet 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
2024-02-28 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 Dyńa 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 Pasztet 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 bazylowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Dyńa 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>SÓJ.</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

2024-02-28 środa

KRK- JPII Cukrzyca z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Kanapka z jajkiem i salata ( chleb razowy 60g, margaryna 5g, jajko 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Krem z selera () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazylkowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g	jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b> )	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
KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kanapka z szynką i salata( chleb pszenno-żytni 40g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</b> )	Krem z selera () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazylkowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dymia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalafor gotowany* 100 g	jogurt naturalny 100g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</b> )	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
KRK- JPII Niskotłuszczowa	Ryż na mleku 400 ml ( <b>MLE.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Krem z selera () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazylkowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Dymia duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalafor gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Banan 1szt. 1 szt	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
KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Ryż na mleku 400 ml ( <b>MLE.</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )		Krem z selera () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos bazylkowy () 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Banan 1szt. 1 szt	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

2024-02-28 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

2024-02-28 środa	KRK- JP11 Dzieńca 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.) Jabłko 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 bazyliowy () 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 Dzieńca 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.) Jabłko 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 bazyliowy () 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.) Jabłko 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
2024-02-29 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.)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 409,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 349,4 w tym cukry [g] 51,7 Błonnik pokarmowy [g] 35 Sól [g] 9,4
	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.)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE.)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 392,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,8 Tłuszcz [g] 71,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 344,9 w tym cukry [g] 51,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 Sól [g] 8,5

2024-02-29 czwartek	KRK- JPil Łatwo strawna	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) 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 Salata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 318,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,6 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Węglowodany ogółem [g] 338,2 w tym cukry [g] 49,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Sól [g] 8,2
	KRK- JPil Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kanapka z szynką i pomidorem ( chleb razowy 40g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z ciecierzycy ( ) 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> ) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )	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
	KRK- JPil Cukrzyca niskodi. z ogr. łatw. wegl. niskodi.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <b>MLE</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kanapka z szynką i pomidorem ( chleb pszenno-żytni 40g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) 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 lodowa 20 g	Kanapka z szynką i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT</b> )	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
	KRK- JPil Niskotłuszczowa	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) 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 lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 350,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110 Tłuszcz [g] 53,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 Węglowodany ogółem [g] 367,1 w tym cukry [g] 50,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Sól [g] 8,6

2024-02-29 czwartek

KRK- JPil Kardio logiczna 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 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> ) 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 dod.wody w osi.niejad 60 g Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 389,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,8 Tłuszcz [g] 64,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 353,6 w tym cukry [g] 48,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 Sól [g] 11,3
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 Salata 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 Pasztet 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> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 475,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,1 Tłuszcz [g] 71,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 369,6 w tym cukry [g] 91,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Sól [g] 9
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> ) 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

2024-02-29 czwartek	KRK- JP1I 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- JP1I 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	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 432,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 59,9 Tłuszcz [g] 42,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,8 Węglowodany ogółem [g] 208 w tym cukry [g] 73,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,6 Sól [g] 3,9
	KRK- JP1I 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> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 881 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,5 Tłuszcz [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 Węglowodany ogółem [g] 281,7 w tym cukry [g] 81,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 Sól [g] 7,7
	KRK- JP1I Wegetariańska	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 402,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,2 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 356,3 w tym cukry [g] 52,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 9,4
2024-03-01 piątek	KRK- JP1I Podstawowa	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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 Mandarynka 1 szt 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 салат 20 g	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 373,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,8 Tłuszcz [g] 71,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 365 w tym cukry [g] 74,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Sól [g] 7,2

2024-03-01 piątek	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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> )	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 328,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,5 Tłuszcz [g] 65,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 364,8 w tym cukry [g] 73,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Sól [g] 7	
	KRK- JPII 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	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 458,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,4 Tłuszcz [g] 72,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 367,3 w tym cukry [g] 77,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sól [g] 5,7	
	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 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 twarogiem 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- JPII Niskotłuszczowa	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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 twarogiem 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- JPII 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 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	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 517,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,8 Tłuszcz [g] 61,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 402 w tym cukry [g] 78,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Sól [g] 6,1

2024-03-01 piątek

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	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 533,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,8 Tłuszcz [g] 71,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 399,7 w tym cukry [g] 80,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Sól [g] 8,3
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 Mandarynka 1 szt 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	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 396,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,3 Tłuszcz [g] 70,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 376,2 w tym cukry [g] 86,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 Sól [g] 7
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

2024-03-01 piątek	KRK- JPII 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- JPII 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 Mandarynka 1 szt	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Kalaforowa 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	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Podpiomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 311 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 50,9 Tłuszcz [g] 38,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,8 Węglowodany ogółem [g] 196,5 w tym cukry [g] 50,7 Błonnik pokarmowy [g] 13,1 Sól [g] 2,8
	KRK- JPII 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 Mandarynka 1 szt	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 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	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Podpiomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 994,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 71,4 Tłuszcz [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Węglowodany ogółem [g] 321,5 w tym cukry [g] 76 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Sól [g] 5,4
	KRK- JPII 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 JEĆZ.</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 Mandarynka 1 szt Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Kalaforowa 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	Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Podpiomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 377,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,3 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 360,9 w tym cukry [g] 76 Błonnik pokarmowy [g] 31 Sól [g] 6,3
2024-03-02 sobota	KRK- JPII 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 JEĆZ.</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] 2 091,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,5 Tłuszcz [g] 55,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 324,4 w tym cukry [g] 42,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 Sól [g] 9,3

2024-03-02 sobota	KRK- JP1I Podstawowa bez surowizyny	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL,</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	Ogórkowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kasza jaglana na sypko 200 g Gulasz z żołądków drobiowych( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej ( ) 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR, może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL,</b> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 099,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,9 Tłuszcz [g] 57 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 320,6 w tym cukry [g] 40,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Sól [g] 9,6	
	KRK- JP1I Łatwo strawna	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</b> ) 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- JP1I Cukrzycowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z selera z jogurtem ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL,</b> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE,</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Salata zielona 35 g	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE,</b> )	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- JP1I Cukrzycowa niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <b>MLE,</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</b> ) Salata zielona 35 g	Kanapka z szynką i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,</b> )	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- JP1I Niskołuszczowa	Platki pszenne na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta ( ) 100 g ( <b>MLE, SEL, może zawierać: MLE, GOR,</b> ) 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

2024-03-02 sobota	KRK- JPil Kardioogrodziana 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

2024-03-02 sobota	KRK- JP1I 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 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 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- JP1I Dzieńcieca 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 Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Ziemniaczana ( ) 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jaglana na sypko 100 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 50 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta ( ) 50 g ( <u>MLE, SEL, GOR.</u> ) 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- JP1I Dzieńcieca 4-9 lat	Płatki pszenne na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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 Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Ziemniaczana ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml Seler z pietruszką gotowany z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu, brokułów i wędliny drobiowej dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL, GOR.</u> ) 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- JP1I Wegetariańska	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salata zielona 20 g		Ogórkowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jaglana na sypko 200 g Gulasz sojowy z warzywami * 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z selera z jogurtem ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salatka z ryżu i brokułów- dieta 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Salata zielona 35 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 000,5 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
2024-03-03 niedziela	KRK- JP1I Podstawowa	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salata zielona 20 g		Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Kotlet schabowy 80 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Kapusta zasmażana ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 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 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] 2 183,1 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

2024-03-03 niedziela	KRK- JP11 Podstawowa bez surowizny	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>SEL</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki ( ) 200 g Kotlet schabowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Kielbasa żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL</b> )	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- JP11 Łatwo strawna	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) 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- JP11 Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE</b> )	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- JP11 Niskotłuszczowa	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml	Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT</b> )	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- JP11 Niskotłuszczowa	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) 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

2024-03-03 niedziela

KRK- JP11 Kardio logiczne dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Salata zielona 20 g		Pomidorowa z makaronem ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Schab gotowany 60 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kakao/p b/c 250 ml ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Salata zielona 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Pomidorowa z makaronem ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Kotlet schabowy 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Kielbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 60 g ( <b>SOJ, MLE</b> ) 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )		Sonda Ob- pomidorowa z makaronem JP11 ( ) 800 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )		Sonda Kol ( ) 800 ml ( <b>JAJ, SEL</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )		Papka Ob- pomidorowa z makaronem JP11 ( ) 800 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> )		Papka Kol ( ) 800 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</b> )	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 ( <b>GLU PSZ</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Ryz na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) 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

2024-03-03 niedziela	KRK- JPII 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 udzca kurczaka 90 g Ziemniaki puree ( ) 200 g ( <u>MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) 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] 1 774 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- JPII Dziecięca 1-3 lat	Kasza manna na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ, 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 Serek homo. naturalny 40 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Pomidorowa z makaronem ( ) 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 100 g Klopsik wieprzowy 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos własny ( ) 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 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- JPII Dziecięca 4-9 lat	Kasza manna na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ, 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> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g 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 Klopsik wieprzowy 60 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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] 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- JPII Wegetariańska	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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> ) 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 Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kapusta zasmażana ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) 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 ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek ze słonecznikiem 80 g ( <u>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] 2 218,4 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,