

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II ŚN	Obiad	PD	Kolacja	PN	SUMA
2024-02-05 poniedziałek	KRK- JPII Podstawowa	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 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 Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salata zielona 20 g		Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą. ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 100 g ( <u>MLE, SOZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 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 twarogu i makreli wędzonej** 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 000,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 81,2 Tłuszcz [g] 52,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18 Węglowodany ogółem [g] 314,4 w tym cukry [g] 47,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Sól [g] 9,1
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	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 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> )		Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą. ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 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 twarogu i makreli wędzonej** 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL.</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 954,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 78,9 Tłuszcz [g] 50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7 Węglowodany ogółem [g] 307,2 w tym cukry [g] 43,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 Sól [g] 9,7
	KRK- JPII Łatwo strawna	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 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 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 twarogu i ryby got.(miruna) z natką pietruszki 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 108,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 91,7 Tłuszcz [g] 64,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Węglowodany ogółem [g] 305,1 w tym cukry [g] 49,3 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sól [g] 8
	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 Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą. ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 100 g ( <u>MLE, SOZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i makreli wędzonej** 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 009,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 85,6 Tłuszcz [g] 55,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Węglowodany ogółem [g] 310,4 w tym cukry [g] 54,4 Błonnik pokarmowy [g] 44 Sól [g] 8,3

2024-02-05 poniedziałek	KRW - JP11 Cukrzyca niskotł. z ogr. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z natką pietruszki 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Mix salat 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 063,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,1 Tłuszcz [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 312,6 w tym cukry [g] 47,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Sól [g] 9,1
	KRW - JP11 Nisko-tłuszczowa	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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet drobiowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona 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 Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z natką pietruszki 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Mix salat 20 g Pomidor 80 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 161 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,5 Tłuszcz [g] 53 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 Węglowodany ogółem [g] 331 w tym cukry [g] 43,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sól [g] 8,1
	KRW - 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salata zielona 20 g		Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 100 g ( <u>MLE, SOJ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 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 Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z natką pietruszki 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Mix salat 20 g Pomidor 80 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 240,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,1 Tłuszcz [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,2 Węglowodany ogółem [g] 351 w tym cukry [g] 46,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 Sól [g] 10
	KRW - 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salata zielona 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 250 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z masłem ( ) 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z natką pietruszki 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Mix salat 20 g Pomidor 80 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 067,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,4 Tłuszcz [g] 50,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 325,6 w tym cukry [g] 78,6 Błonnik pokarmowy [g] 26 Sól [g] 6,4

2024-02-05 poniedziałek

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] 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- 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] 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- 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> ) 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- 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	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 () 100 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 wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1708,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,2 Tłuszcz [g] 33,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,4 Węglowodany ogółem [g] 278,4 w tym cukry [g] 14,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,1 Sól [g] 6,7
KRK- JP11 Dziecięca 1-3 lat	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</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 Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ryżem () 150 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z masłem () 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi z olejem () 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, 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 Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z natką pietruszki 40 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Sałata zielona 15 g Pomidor 80 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1222,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 47,8 Tłuszcz [g] 33,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,7 Węglowodany ogółem [g] 186,8 w tym cukry [g] 60,9 Błonnik pokarmowy [g] 14,3 Sól [g] 2,6

2024-02-05 poniedziałek	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Płatki jęczmieńne na mleku 150 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</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 Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Brokułowa z ryżem ( ) 250 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Pierogi leniwe z masłem ( ) 200 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, 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 Pasta z twarogu i ryby got.(miruna) z natką pietruszki 80 g ( <u>RYB, MLE.</u> ) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 627,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 70 Tłuszcz [g] 42 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 Węglowodany ogółem [g] 250,8 w tym cukry [g] 69,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,1 Sól [g] 5,3
	KRK- JPII Wegetariańska	Płatki jęczmieńne 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 75 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 Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salata zielona 20 g		Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą. ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu ( ) 100 g ( <u>MLE, SOZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 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 twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 083,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,2 Tłuszcz [g] 60,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 315,6 w tym cukry [g] 46,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Sól [g] 8,4
2024-02-06 wtorek	KRK- JPII Podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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 drobiowy z kurzej półki 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Gulasz wołowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 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 Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Pomidor 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Roszponka 20 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 396,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 116,6 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 345,8 w tym cukry [g] 72,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sól [g] 7,8
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	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> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Paszтет drobiowy z kurzej półki 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Gulasz wołowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</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 Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 154 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,9 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 302,6 w tym cukry [g] 32,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Sól [g] 6,9
	KRK- 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 Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Solferino ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Gulasz wołowy 150 g ( <u>GLU PSZ.</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 Galaretkę drobiowa z udźca kurczaka ( ) 100 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Roszponka 20 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 349,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,3 Tłuszcz [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 Węglowodany ogółem [g] 358,9 w tym cukry [g] 78,8 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sól [g] 6,3

2024-02-06 wtorek

<p>KRK- JP11 Cukrzyca z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Dyńa duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Kanapka z serkiem homo i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, serek homo naturalny 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Galaretk drobiowa z udzka kurczaka ( ) 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g</p>	<p>Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,9</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,4</b> <b>Tłuszcz [g] 55,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,9</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 304,5</b> <b>w tym cukry [g] 24</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 39,4</b> <b>Sól [g] 9,7</b></p>
<p>KRK- JP11 Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.</p>	<p>Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>	<p>Solferino ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńa duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalaflor gotowany* 100 g</p>	<p>Kanapka z serkiem homo i pomidorem (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, serek homo naturalny 25g, pomidor 15g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</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 Galaretk drobiowa z udzka kurczaka ( ) 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Rozszponka 20 g</p>	<p>Kanapka z szynką i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</u>)</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 090,3</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,8</b> <b>Tłuszcz [g] 51,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 317,1</b> <b>w tym cukry [g] 27</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 26,4</b> <b>Sól [g] 8,7</b></p>
<p>KRK- JP11 Niskotłuszczowa</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>		<p>Solferino ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dyńa duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalaflor gotowany* 100 g</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Galaretk drobiowa z udzka kurczaka ( ) 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Rozszponka 20 g</p>	<p>Banan 1szt. 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 381,2</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,8</b> <b>Tłuszcz [g] 47,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 387,8</b> <b>w tym cukry [g] 79,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 25,9</b> <b>Sól [g] 6,8</b></p>
<p>KRK- JP11 Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>		<p>Solferino ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Dyńa duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Galaretk drobiowa z udzka kurczaka ( ) 100 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Rozszponka 20 g</p>	<p>Banan 1szt. 1 szt</p>	<p><b>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 462,5</b> <b>Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,9</b> <b>Tłuszcz [g] 62,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 376,3</b> <b>w tym cukry [g] 76,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 33,1</b> <b>Sól [g] 9,6</b></p>

2024-02-06 wtorek

KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat	Kasza kukurydziana na mleku 250 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> ) Paszтет drobiowy z kurzej półki 70 g ( <b>GLU, PSZ, JAJ, SEL</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU, PSZ</b> )	Gruszka 1szt. 150 g	Solferino ( ) 250 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU, PSZ</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Dyńa duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU, PSZ</b> )	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt ( <b>MLE</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 Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU, PSZ</b> ) Roszponka 20 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 344,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,1 Tłuszcz [g] 60,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 351 w tym cukry [g] 86,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 Sól [g] 7,4
KRK- JPIII Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE</b> )		Sonda Ob- solferino JPIII ( ) 800 ml ( <b>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] 2 127,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 135,2 Tłuszcz [g] 89,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 209,7 w tym cukry [g] 64,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sól [g] 3,6
KRK- JPIII Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <b>GLU, PSZ, JAJ, MLE</b> )		Papka Ob- solferino JPIII ( ) 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] 2 138,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,9 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 225,4 w tym cukry [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 3,2
KRK- JPIII 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> ) Ryż na sypko 150 g Jabka 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- JPIII 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 Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Mięso drobiowe gotowane z udźca 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] 1 750,9 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

2024-02-06 wtorek	KRK- JP1 Dzieńca 1-3 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml ( <b>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 Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ</b> ) Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Gruszka 1szt. 150 g	Solferino ( ) 150 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml Kalaflor gotowany* 50 g	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt ( <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 Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 25 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR</b> ) Pomidor b/skórki 20 g Roszponka 15 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 366 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 63,7 Tłuszcz [g] 35,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9 Węglowodany ogółem [g] 206,7 w tym cukry [g] 74 Błonnik pokarmowy [g] 17,2 Sól [g] 3,2
	KRK- JP1 Dzieńca 4-9 lat	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml ( <b>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> ) Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Gruszka 1szt. 150 g	Solferino ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Gulasz wołowy 150 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Kompot owocowy* b/c 180 ml Kalaflor gotowany* 100 g	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 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> ) Pomidor 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Roszponka 20 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 997,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,6 Tłuszcz [g] 48,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 Węglowodany ogółem [g] 306 w tym cukry [g] 85,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 Sól [g] 7
	KRK- JP11 Wegetariańska	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> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek fromage naturalny 80g -Górski przysmak 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )		Pieczarkowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron z warzywami i serem żółtym* 400 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalaflor 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 Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Roszponka 20 g Ser żółty 20 g ( <b>MLE</b> )	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 484,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,1 Tłuszcz [g] 83,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 360,8 w tym cukry [g] 68,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 8,4
2024-02-07 środa	KRK- JP11 Podstawowa	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> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )		Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Cwikła z chrzanem ( ) 100 g ( <b>MLE, SOZ</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 Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Salata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> ) Pomidor 80 g	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 442,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,6 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Węglowodany ogółem [g] 377 w tym cukry [g] 62,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Sól [g] 10,2
	KRK- JP11 Podstawowa bez surowizny	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> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 60 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )		Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Ziemniaki ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 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 Szynekowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 50 g Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym (bez pieprzu) ( ) 50 g ( <b>SEL</b> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 407,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,8 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 374,3 w tym cukry [g] 60,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Sól [g] 9

<p>KRK- JPII Łatwo strawna</p>	<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 100 g (<b>GLU PSZ.</b>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 80 g (<b>MLE.</b>) Jabłko 1 szt 1 szt</p>	<p>Grysikowa () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>) Sos jarzynowy () 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 100 g (<b>GLU PSZ.</b>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 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 Sałata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>) Pomidor 80 g</p>	<p>Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 229,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,7 Tłuszcz [g] 52,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1 Węglowodany ogółem [g] 353,2 w tym cukry [g] 61,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Sól [g] 7,3</p>
<p>KRK- JPII Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>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>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>) Sos jarzynowy () 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Cwikła z chrzanem b/c () 100 g (<b>MLE, SO2.</b>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sałatka szwedzka b/c () 100 g (<b>GOR.</b>)</p>	<p>Sok pomidorowy 200 ml</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 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 50 g Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 019,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,3 Tłuszcz [g] 45,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,2 Węglowodany ogółem [g] 326,9 w tym cukry [g] 43,4 Błonnik pokarmowy [g] 42 Sól [g] 9,9</p>
<p>KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.</p>	<p>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>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Grysikowa () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>) Sos jarzynowy () 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 100 g (<b>GLU PSZ.</b>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g</p>	<p>Sok pomidorowy 200 ml</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<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 Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</b>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 898 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 82,1 Tłuszcz [g] 39,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,8 Węglowodany ogółem [g] 319 w tym cukry [g] 40 Błonnik pokarmowy [g] 31 Sól [g] 10,2</p>
<p>KRK- JPII Niskotłuszczowa</p>	<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 Serek homo. naturalny 80 g (<b>MLE.</b>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt</p>	<p>Grysikowa () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<b>GLU PSZ, JAJ.</b>) Sos jarzynowy () 100 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 100 g (<b>GLU PSZ.</b>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g</p>		<p>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 Sałata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<b>GLU PSZ.</b>) Pomidor 80 g</p>	<p>Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 233,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,3 Tłuszcz [g] 41,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 376,3 w tym cukry [g] 61,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Sól [g] 7,7</p>

2024-02-07 środa



KRK- JP11 Kardiologiczne dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cwikła z chrzanem () 100 g ( <u>MLE, 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 PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodad.wody w osi.niejad 60 g Salata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pomidor 80 g	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 512,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,7 Tłuszcz [g] 59 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Węglowodany ogółem [g] 405,9 w tym cukry [g] 62,8 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sól [g] 10,2
KRK- JP11 Dziecięca 10-18 lat	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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> ) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Galaretko o smaku truskawkowym 150 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy () 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cwikła z chrzanem () 100 g ( <u>MLE, 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 PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodad.wody w osi.niejad 50 g Salata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pomidor 80 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 436,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,9 Tłuszcz [g] 61,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Węglowodany ogółem [g] 383,1 w tym cukry [g] 69,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Sól [g] 10,1
KRK- JP11 Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Sonda Ob- grysikowa JP11 () 800 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )		Sonda Kol () 800 ml ( <u>JAJ, SEL.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 302,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,5 Tłuszcz [g] 90,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 248,4 w tym cukry [g] 62,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sól [g] 3,6
KRK- JP11 Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Papka Ob- grysikowa 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] 2 251,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 133 Tłuszcz [g] 85,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 249,9 w tym cukry [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Sól [g] 3,2
KRK- JP11 Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 Węglowodany ogółem [g] 264,2 w tym cukry [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Sól [g] 2,7

2024-02-07 środa	KRK- JP   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 szkolna- wp. parzona 60 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</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 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] 1 740,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,7 Tłuszcz [g] 36 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8 Węglowodany ogółem [g] 286,2 w tym cukry [g] 17,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 8
	KRK- JP   Dziecięca 1-3 lat	Płatki 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 Ser żółty 25 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Galaretka o smaku truskawkowym 150 g	Grysikowa ( ) 150 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 100 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osi.niejad 25 g Sałata lodowa 15 g Pomidor 80 g	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 409,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 59,5 Tłuszcz [g] 37,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 Węglowodany ogółem [g] 215,9 w tym cukry [g] 54,4 Błonnik pokarmowy [g] 13,9 Sól [g] 4,2
	KRK- JP   Dziecięca 4-9 lat	Płatki owsiane na mleku 150 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 60 g ( <u>MLE.</u> ) Jabłko 1 szt 1 szt	Galaretka o smaku truskawkowym 150 g	Grysikowa ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 180 ml Brokuł gotowany* 100 g	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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osi.niejad 60 g Sałata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pomidor 80 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Dżem 25 g 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 084,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,2 Tłuszcz [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 319,6 w tym cukry [g] 61,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Sól [g] 8,2
	KRK- JP   Wegetariańska	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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> ) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Zupa z soczewicy i ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cwikła z chrzanem ( ) 100 g ( <u>MLE, SOJ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Sałata szwedzka b/c ( ) 100 g ( <u>GOR.</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 Tofu 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata lodowa 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pomidor 80 g	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 580,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,2 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 393,2 w tym cukry [g] 62,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Sól [g] 8,3
2024-02-08 czwartek	KRK- JP   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> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pomidor 80 g		Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Risotto z ryżu brązowego z mięsem wieprzowym i warzywami ( ) 350 g ( <u>SEL.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) 150 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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 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> ) Sałata jarzynowa ( ) 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 613,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,6 Tłuszcz [g] 76,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 382,8 w tym cukry [g] 46,6 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 Sól [g] 6,1

2024-02-08 czwartek

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> ) Twarożek 80 g ( <u>MLE</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )		Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Risotto z ryżu brązowego z mięsem wieprzowym i warzywami ( ) 350 g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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 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> ) Salatka jarzynowa ( ) 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 599,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,6 Tłuszcz [g] 76,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 378,6 w tym cukry [g] 44,9 Błonnik pokarmowy [g] 41,7 Sól [g] 6,3
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> ) Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami ( ) 350 g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 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> ) Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Salata zielona 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 465,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,9 Tłuszcz [g] 74,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 350,7 w tym cukry [g] 41,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Sól [g] 4,8
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 Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Maślanka 150 ml ( <u>MLE</u> )	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Risotto z ryżu brązowego z mięsem wieprzowym i warzywami ( ) 350 g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) b/c 150 g ( <u>SEL</u> )	Kanapka z twarozkiem i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarozek 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <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 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> ) Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 383,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,9 Tłuszcz [g] 71,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 343,3 w tym cukry [g] 37,4 Błonnik pokarmowy [g] 51 Sól [g] 6,8
KRK- JPII Cukrzycka niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Maślanka 150 ml ( <u>MLE</u> )	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami ( ) 350 g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g	Kanapka z twarozkiem i pomidorem (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twarozek 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt 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> ) Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Salata zielona 20 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 445,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,5 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 Węglowodany ogółem [g] 367,2 w tym cukry [g] 32,4 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sól [g] 8

2024-02-08 czwartek

KRK- JPII Niski tłuszczowa	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 Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami ( ) 350 g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt 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> ) Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Salata zielona 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 497,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,4 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 379,6 w tym cukry [g] 42,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Sól [g] 5,2
KRK- JPII Kardiologiczna 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 Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pomidor 80 g		Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Risotto z ryżu brązowego z mięsem wieprzowym i warzywami ( ) 350 g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) 150 g ( <u>SEL</u> )		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 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> ) Salatka jarzynowa - dieta ( ) 100 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Salata zielona 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 615,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,6 Tłuszcz [g] 76,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Węglowodany ogółem [g] 386,5 w tym cukry [g] 46,1 Błonnik pokarmowy [g] 44,1 Sól [g] 6,7
KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat	Zacierka na mleku 250 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> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pomidor 80 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Risotto z ryżu brązowego z mięsem wieprzowym i warzywami ( ) 350 g ( <u>SEL</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) 150 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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 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> ) Salatka jarzynowa ( ) 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Salata zielona 20 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 521,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,8 Tłuszcz [g] 76,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 370 w tym cukry [g] 62,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sól [g] 5,9
KRK- JPII Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )		Sonda Ob-ziemniaczana JPII ( ) 800 ml ( <u>SEL</u> )		Sonda Kol ( ) 800 ml ( <u>JAJ, SEL</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,6 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

2024-02-08 czwartek

KRK- JPil Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Papka Obziemiaczana JPil () 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )		Papka Kol () 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 138,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,9 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 225,4 w tym cukry [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 3,2
KRK- JPil Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 Węglowodany ogółem [g] 264,2 w tym cukry [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Sól [g] 2,7
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 wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g	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 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 ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,6 Tłuszcz [g] 35,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,6 Węglowodany ogółem [g] 284,6 w tym cukry [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 5,4
KRK- JPil Dziecięca 1-3 lat	Zacierka na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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 Pasta z twarogu z natką pietruszki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Ziemniaczana () 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 150 g ( <u>SEL.</u> ) Sos pomidorowy 30 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml Cukinia pieczona z olejem* 150 g	Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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 Schab Ojca Grzegorza-wędlina wieprzowa wędzona,parzona,z dod.wody,białka wp 25 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Salatka jarzynowa - dieta () 50 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Salata zielona 15 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 339,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 50,5 Tłuszcz [g] 42,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,4 Węglowodany ogółem [g] 194,1 w tym cukry [g] 42,6 Błonnik pokarmowy [g] 12 Sól [g] 2,2
KRK- JPil Dziecięca 4-9 lat	Zacierka 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> ) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Ziemniaczana () 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 250 g ( <u>SEL.</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 180 ml Cukinia pieczona z olejem* 150 g	Rogal maślany 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, 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 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> ) Salatka jarzynowa - dieta () 100 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Salata zielona 20 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 003,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,5 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 296,6 w tym cukry [g] 51,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 4,4

2024-02-08 czwartek	KRK- JPI  Wegetariańska	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Pomidor 80 g	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Risotto wegetariańskie z tofu * 400 g ( <u>SOJ, SEL</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z selera i marchwi z olejem ( ) 150 g ( <u>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 Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <u>MLE</u> ) Salatka jarzynowa ( ) 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Bulka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Salata zielona 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 319,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,5 Tłuszcz [g] 64 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,8 Węglowodany ogółem [g] 357,9 w tym cukry [g] 47 Błonnik pokarmowy [g] 39 Sól [g] 6,6
	KRK- JPI  Podstawowa	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Twaróg półtłusty 50 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )	Krem z dyni i marchwi *( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Ryba smażona (Dorsz) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku (bez cukru) ( ) 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 natką pietruszki i cebulą 80 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 278,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,5 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Węglowodany ogółem [g] 343,3 w tym cukry [g] 74,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 Sól [g] 6,7
	KRK- JPI  Podstawowa bez surowizyny	Płatki pszenne na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )	Krem z dyni i marchwi *( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki ( ) 200 g Ryba smażona (Dorsz) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku (bez cukru) ( ) 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 80 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL</u> )	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 189,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,3 Tłuszcz [g] 62,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 Węglowodany ogółem [g] 340 w tym cukry [g] 70,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sól [g] 7,1
	KRK- JPI  Łatwo strawna	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> ) Bulka 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	Krem z dyni i marchwi *( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku (bez cukru) ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z białek z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 250 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,5 Tłuszcz [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Węglowodany ogółem [g] 342,2 w tym cukry [g] 74,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 5,9
	KRK- JPI  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> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mandarynka 1 szt	Krem z dyni i marchwi *( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku (bez cukru) ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )	Wafle ryżowe 30 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Kanapka z twarożkiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )

2024-02-09 piątek	KRK- JP11 Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU, ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Krem z dyni i marchwi *( <u>)</u> 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( <u>)</u> 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy. ( <u>)</u> 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku (bez cukru) ( <u>)</u> 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	Wafle ryżowe 30 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 białek z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z twarożkiem i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 144,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,4 Tłuszcz [g] 54,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Węglowodany ogółem [g] 333,5 w tym cukry [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Sól [g] 7,3
	KRK- JP11 Nisłotłuszczowa	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> ) 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		Krem z dyni i marchwi *( <u>)</u> 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( <u>)</u> 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy. ( <u>)</u> 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku (bez cukru) ( <u>)</u> 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z białek z natką pietruszki 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 309,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,9 Tłuszcz [g] 53,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Węglowodany ogółem [g] 376,8 w tym cukry [g] 75,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Sól [g] 6,3
	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 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> )		Krem z dyni i marchwi *( <u>)</u> 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( <u>)</u> 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos koperkowy. ( <u>)</u> 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem ( <u>)</u> 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku (bez cukru) ( <u>)</u> 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 natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 322,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,3 Tłuszcz [g] 59,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 380,8 w tym cukry [g] 79,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 7,9
	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 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> )	Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g	Krem z dyni i marchwi *( <u>)</u> 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( <u>)</u> 200 g Ryba smażona (Dorsz) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Salatka z kapusty czerwonej z olejem ( <u>)</u> 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku (bez cukru) ( <u>)</u> 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	Kasza manna z jabłkiem prażonym 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 271,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,7 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 357,9 w tym cukry [g] 74,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Sól [g] 6,3

2024-02-09 piątek

KRK- JPil Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )		Sonda Ob- dyniowa 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 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] 2 150,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 130,5 Tłuszcz [g] 84,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 227,2 w tym cukry [g] 58,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 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 Szynkowa drobiowa-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, wędzony, parzony 60 g	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 760,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,9 Tłuszcz [g] 36,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7 Węglowodany ogółem [g] 284,7 w tym cukry [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,5
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 Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt	Galaretko o smaku pomarańczowym 150 g	Krem z dyni i marchwi* () 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u> ) Sos koperkowy. () 30 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml Warzywa po grecku (bez cukru) () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> )	Kasza manna z jabłkiem prażonym 150 g ( <u>GLU PSZ, 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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pomidor biskórki 20 g Salata zielona 15 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 308,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 52,3 Tłuszcz [g] 33,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,7 Węglowodany ogółem [g] 208,4 w tym cukry [g] 58,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 3



2024-02-09 piątek	KRK- JPI Dziecięca 4-9 lat	Platki pszenne na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt	Galaretką o smaku pomarańczowym 150 g	Krem z dyni i marchwi *) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Sos koperkowy. () 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 180 ml Warzywa po grecku (bez cukru) () 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )	Kasza manna z jabłkiem prażonym 150 g ( <u>GLU PSZ, 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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 838,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 69,5 Tłuszcz [g] 45 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5 Węglowodany ogółem [g] 301,3 w tym cukry [g] 64,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sól [g] 5,1
	KRK- JPI 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 Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )		Krem z dyni i marchwi *) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</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 Warzywa po grecku (bez cukru) () 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 natką pietruszki i cebulą 80 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) Pomidor 90 g Rukola 10 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 238,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,8 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 341,9 w tym cukry [g] 75,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Sól [g] 6,1
2024-02-10 sobota	KRK- JPI 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> ) Paszтет drobiowy z kurnej półki 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Ogórek kiszony 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Salata zielona 20 g		Grochowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza gryczana 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 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 Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 70 g Ketchup 10 g ( <u>SEL</u> ) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 530,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,8 Tłuszcz [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 332,2 w tym cukry [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 9,7
	KRK- JPI 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> ) Paszтет drobiowy z kurnej półki 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )		Grochowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kasza gryczana 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 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 Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 70 g Ketchup 10 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 80 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 500,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,2 Tłuszcz [g] 82,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 341,3 w tym cukry [g] 42,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 Sól [g] 7,6
	KRK- JPI 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 1 szt Szynka Piaśtowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <u>SOJ</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Selerowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 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 ( <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 lodowa 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 213,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,1 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Węglowodany ogółem [g] 325,3 w tym cukry [g] 44,8 Błonnik pokarmowy [g] 32 Sól [g] 7

2024-02-10 sobota

<p>KRK- JPII Cukrzyca z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>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>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Kanapka z twarożkiem i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, pomidor 15g) 1 szt (<b>GLU PSZ, MLE.</b>)</p>	<p>Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL.</b>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<b>GLU PSZ.</b>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g</p>	<p>Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml</p>	<p>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>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g</p>	<p>Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 240 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,3 Tłuszcz [g] 67,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2 Węglowodany ogółem [g] 316,7 w tym cukry [g] 30,4 Błonnik pokarmowy [g] 39 Sól [g] 11,6</p>
<p>KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.</p>	<p>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>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Kanapka z twarożkiem i pomidorem (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, pomidor 15g) 1 szt (<b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</b>)</p>	<p>Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL.</b>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<b>GLU JECZ.</b>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<b>GLU PSZ.</b>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g</p>	<p>Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml</p>	<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 Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g</p>	<p>Kanapka z szynką i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</b>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 305,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,5 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9 Węglowodany ogółem [g] 356,3 w tym cukry [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 Sól [g] 10,5</p>
<p>KRK- JPII Niskotłuszczowa</p>	<p>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 Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<b>SOJ.</b>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL.</b>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<b>GLU JECZ.</b>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<b>GLU PSZ.</b>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g</p>	<p>Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL.</b>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<b>GLU JECZ.</b>) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<b>GLU PSZ.</b>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<b>GLU PSZ.</b>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g</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 Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 325,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,5 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,9 Węglowodany ogółem [g] 360 w tym cukry [g] 45,6 Błonnik pokarmowy [g] 33 Sól [g] 7,6</p>
<p>KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych</p>	<p>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 Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<b>SOJ.</b>) Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<b>GLU PSZ.</b>) Pomidor 80 g</p>	<p>Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL.</b>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<b>GLU PSZ.</b>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g</p>	<p>Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>MLE, SEL.</b>) Kasza gryczana 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<b>GLU PSZ.</b>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g</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 Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g</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 Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 428,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,7 Tłuszcz [g] 72,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 350 w tym cukry [g] 37,3 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sól [g] 10,4</p>

2024-02-10 sobota	KRK- JP11 Dziecięca 10-18 lat	Ryż na mleku 250 ml ( <u>MLE</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU, ZYT, GLU, JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Paszтет drobiowy z kurzej półki 70 g ( <u>GLU, PSZ, JAJ, SEL</u> ) Ogórek kiszony 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Salata zielona 20 g	Wafelki 30 g ( <u>GLU, PSZ, SOJ, MLE</u> )	Grochowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <u>GLU, PSZ, SEL</u> ) Kasza gryczana 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem ( ) 100 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU, PSZ, GLU, ZYT</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa, homogenizowana, wędzona, parzona 70 g Ketchup 10 g ( <u>SEL</u> ) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 554,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,1 Tłuszcz [g] 94,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 337,9 w tym cukry [g] 54,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 Sól [g] 9,5
	KRK- JP11 Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</u> )		Sonda Ob- selerowa 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] 2 134,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 135,5 Tłuszcz [g] 89,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 212,6 w tym cukry [g] 64 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 Sól [g] 3,7
	KRK- JP11 Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU, PSZ, JAJ, MLE</u> )		Papka Ob- selerowa 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] 2 150,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 130,6 Tłuszcz [g] 84,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 228,5 w tym cukry [g] 58 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Sól [g] 3,3
	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> ) 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 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- 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> ) 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 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] 1 750,9 Białko ogółem wg 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

2024-02-10 sobota	KRK- JPII Dzieńca 1-3 lat	Ryż 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 Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <u>SOJ</u> ) Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Selerowa z ziemniakami () 150 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml Marchew gotowana z olejem () 50 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 70 g Ketchup 10 g ( <u>SEL</u> ) Salata lodowa 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 551,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 60,2 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 183,8 w tym cukry [g] 46,9 Błonnik pokarmowy [g] 14,3 Sól [g] 4,6
	KRK- JPII Dzieńca 4-9 lat	Ryż 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 Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <u>SOJ</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Wafelki 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u> )	Selerowa z ziemniakami () 250 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ</u> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml Marchew gotowana z olejem () 100 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Parówki z szynki-kielbasa wieprzowa,homogenizowana,wędzona,parzona 70 g Ketchup 10 g ( <u>SEL</u> ) Salata lodowa 20 g Pomidor 80 g	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 113,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,5 Tłuszcz [g] 77 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 288,5 w tym cukry [g] 59,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 Sól [g] 7,5
	KRK- JPII Wegetariańska	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> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Hummus zielony z ciecierzycy 80 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Salata zielona 20 g		Grochowa z ziemniakami () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kaszotto jęczmiennie z warzywami i soczewicą wegetariańskie # 400 g ( <u>SEL, GLU JECZ</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 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 Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Salata lodowa 20 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 162,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,9 Tłuszcz [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,3 Węglowodany ogółem [g] 362 w tym cukry [g] 46,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,7 Sól [g] 7,3
2024-02-11 niedziela	KRK- JPII Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Papryka świeża 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Salata zielona 20 g Twarożek 30 g ( <u>MLE</u> )		Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka Coleslaw () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml 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 twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 439,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 137,4 Tłuszcz [g] 81,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 301,2 w tym cukry [g] 53 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Sól [g] 7,6
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Ketchup 10 g ( <u>SEL</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ</u> )		Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ziemniaki () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Dynia duszona 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 twarogu i słonecznika 80 g ( <u>MLE</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL</u> )	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 353,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 133,1 Tłuszcz [g] 76 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 289,9 w tym cukry [g] 43,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sól [g] 8,6

<p>KRK- JPII Łatwa strawna</p>	<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 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 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Dyńa duszona z olejem* 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p>		<p>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 i siemienia z natką pietruszki 80 g (<b>MLE.</b>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 490,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,8 Tłuszcz [g] 86,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 298,8 w tym cukry [g] 48,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Sól [g] 7</p>
<p>KRK- JPII Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p>	<p>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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Rosół z makaronem () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g</p>	<p>Kefir 2% tł 200 ml (<b>MLE.</b>)</p>	<p>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 słonecznika z natką pietruszki 80 g (<b>MLE.</b>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 312 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139,7 Tłuszcz [g] 76,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 284,7 w tym cukry [g] 45,5 Błonnik pokarmowy [g] 36 Sól [g] 8,5</p>
<p>KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.</p>	<p>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 Salata zielona 20 g</p>	<p>Jabłko 1 szt 1 szt</p> <p>Rosół z makaronem () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Dyńa duszona z olejem* 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p>	<p>Kefir 2% tł 200 ml (<b>MLE.</b>)</p>	<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 Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<b>MLE.</b>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>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>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 373,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 132,5 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 305,7 w tym cukry [g] 42 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sól [g] 9,6</p>
<p>KRK- JPII Niskotłuszczowa</p>	<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 Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g</p>	<p>Rosół z makaronem () 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL.</b>) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko gotowane bez skóry 1szt. 210 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Dyńa duszona z olejem* 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)</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 i siemienia z natką pietruszki 80 g (<b>MLE.</b>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>	<p>Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 549,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 145,1 Tłuszcz [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 333,4 w tym cukry [g] 49,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Sól [g] 7,5</p>

2024-02-11 niedziela

2024-02-11 niedziela

KRK- JPil Kardio logiczne dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sałata zielona 20 g		Rosół z makaronem () 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka Coleslaw () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 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 Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 661,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 139 Tłuszcz [g] 91,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 334,5 w tym cukry [g] 50 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 Sól [g] 9,4
KRK- JPil Dziecięca 10-18 lat	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Papryka świeża 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sałata zielona 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Rosół z makaronem () 250 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem () 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka Coleslaw () 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <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 twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 413 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,6 Tłuszcz [g] 79,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 308,4 w tym cukry [g] 65,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Sól [g] 8
KRK- JPil Plyma	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Sonda Ob- rosół z makaronem 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] 2 252 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 PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Papka Ob- rosół z makaronem 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] 2 221,3 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 PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 Węglowodany ogółem [g] 264,2 w tym cukry [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Sól [g] 2,7

2024-02-11 niedziela	KRK- JPil 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> ) 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 Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 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- JPil 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 kieł.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 150 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 100 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Brokuł gotowany* 50 g Kompot owocowy* b/c 150 ml Dyńa duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <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 twarogu i siemienia z natką pietruszki 40 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 585,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,2 Tłuszcz [g] 64,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 162,4 w tym cukry [g] 47,5 Błonnik pokarmowy [g] 15 Sól [g] 3,7
	KRK- JPil 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> ) 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	Jabłko 1 szt 1 szt	Rosół z makaronem ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 180 ml Dyńa duszona z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <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 twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 136,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 119,5 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 257 w tym cukry [g] 55,1 Błonnik pokarmowy [g] 24 Sól [g] 6,9
	KRK- JPil 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 Tofu 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Papryka świeża 80 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Salata zielona 20 g		Grysikowa ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Kotlety sojowe 100 g ( <b>SOJ.</b> ) Surówka Coleslaw ( ) 100 g ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g ( <b>MLE.</b> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 936,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,8 Tłuszcz [g] 41,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12 Węglowodany ogółem [g] 307,2 w tym cukry [g] 51,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Sól [g] 5,7
2024-02-12 poniedziałek	KRK- JPil Podstawowa	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 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )		Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL, GOR.</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <b>GLU JECZ.</b> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c ( ) 100 g ( <b>MLE, SOJ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 100 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 Pasta mięsno-warzywna.z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <b>SEL.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 189,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,2 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 317,7 w tym cukry [g] 40,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Sól [g] 10,2

2024-02-12 poniedziałek

KRK- JP11 Podstawowa bez surowizny	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> ) 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> )		Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g 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 mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <u>SEL.</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL.</u> )	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 168,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96 Tłuszcz [g] 66,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9 Węglowodany ogółem [g] 308 w tym cukry [g] 34,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 9,1
KRK- JP11 Łatwa strawna	Makaron drobny na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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		Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml 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 mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 265,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,1 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 324,7 w tym cukry [g] 36,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 Sól [g] 7
KRK- JP11 Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g	Wafle ryżowe 30 g	Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SOJ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <u>SEL.</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] 2 271,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,9 Tłuszcz [g] 73 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 323,2 w tym cukry [g] 25,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,1 Sól [g] 10,7
KRK- JP11 Cukrzycka niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Wafle ryżowe 30 g	Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Kanapka z szynką i pomidorem ( chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	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 mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <u>SEL.</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] 2 362,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,6 Tłuszcz [g] 65,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 365,3 w tym cukry [g] 18,6 Błonnik pokarmowy [g] 32 Sól [g] 10,3
KRK- JP11 Niskotłuszczowa	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> ) 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		Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml 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 mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 324,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,4 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Węglowodany ogółem [g] 359,2 w tym cukry [g] 37,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Sól [g] 7,6



2024-02-12 poniedziałek

KRK- JPil Kardio logiczne dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	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 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Kapuśniak z kapusty białej ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SOZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 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 Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 447,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,1 Tłuszcz [g] 76,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 Węglowodany ogółem [g] 356,2 w tym cukry [g] 42,6 Błonnik pokarmowy [g] 34 Sól [g] 9,9
KRK- JPil Dziecięca 10-18 lat	Makaron drobny na mleku 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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> )	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Ziemniaczana ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SOZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</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 mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 274,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,7 Tłuszcz [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Węglowodany ogółem [g] 350,5 w tym cukry [g] 63,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Sól [g] 9,1
KRK- JPil Plymna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Sonda Ob-ziemniaczana JPil ( ) 800 ml ( <u>SEL.</u> )		Sonda Kol ( ) 800 ml ( <u>JAJ, SEL.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 134,5 Tłuszcz [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 207,5 w tym cukry [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 33 Sól [g] 3,6
KRK- JPil Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Papka Ob-ziemniaczana JPil ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )		Papka Kol ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 138,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 129,9 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 225,4 w tym cukry [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Sól [g] 3,2
KRK- JPil Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 32,7 Tłuszcz [g] 22,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,9 Węglowodany ogółem [g] 264,2 w tym cukry [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 11,8 Sól [g] 2,7

2024-02-12 poniedziałek	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 udzka kurczaka 90 g Ziemiaki puree ( ) 200 g ( <u>MLE.</u> ) Marchew gotowana z olejem ( ) 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biskopki 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] 1 748,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 82,9 Tłuszcz [g] 35,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,5 Węglowodany ogółem [g] 285 w tym cukry [g] 18,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 5,6
	KRK- JPII Dziecięca 1-3 lat	Makaron drobny na mleku 150 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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 Sałata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Ziemniaczana ( ) 150 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 100 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml Surówka z marchwi i chrzanu b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SOJ.</u> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</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 Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 40 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 20 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 1 421,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 62,1 Tłuszcz [g] 43,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9 Węglowodany ogółem [g] 201,6 w tym cukry [g] 51,6 Błonnik pokarmowy [g] 14,8 Sól [g] 3,7
	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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml ( <u>MLE.</u> )	Ziemniaczana ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Pulpet wieprzowy 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 180 ml Surówka z marchwi i chrzanu b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SOJ.</u> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</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 Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec ( ) 80 g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 2 008,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 86,4 Tłuszcz [g] 54 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 305 w tym cukry [g] 59 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Sól [g] 6,6
	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 80 g ( <u>SEZ.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Ziemniaczana ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g ( <u>GLU JECZ.</u> ) Curry warzywne z ciecierzycą* 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c ( ) 100 g ( <u>MLE, SOJ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem* 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 Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 2 283,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 77,7 Tłuszcz [g] 76,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 332,7 w tym cukry [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Sól [g] 10,4
2024-02-13 wtorek	KRK- JPII Podstawowa	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 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średni o rozdrobniona, wędzona, parzona 20 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Jarzynowa z zacierką ( )-podstawa 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemiaki z koperkiem ( ) 200 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka wykwintna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew opryszczana 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 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> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 80 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011 [kcal] [kcal] 2 245,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,2 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Węglowodany ogółem [g] 317,7 w tym cukry [g] 39,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,3 Sól [g] 6,9

2024-02-13 wtorek	KRK- JP1I Podstawowa bez surowizny	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Jarzynowa z zacierką ( )-podstawa 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki ( ) 200 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 091,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,3 Tłuszcz [g] 55,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 313,1 w tym cukry [g] 38,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 7	
	KRK- JP1I Łatwo strawna	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ.</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 Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</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 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> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 135,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,1 Tłuszcz [g] 56,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6 Węglowodany ogółem [g] 310,7 w tym cukry [g] 43,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sól [g] 6,7	
	KRK- JP1I Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) 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> ) Salata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Jarzynowa z zacierką ( )-podstawa 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Kanapka z twarogiem i pomidorem ( chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <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 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> ) 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] 2 142,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,5 Tłuszcz [g] 60 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Węglowodany ogółem [g] 311,6 w tym cukry [g] 25,3 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 Sól [g] 6,8
	KRK- JP1I Cukrzycka niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ.</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 Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Kanapka z twarogiem i pomidorem ( chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ZYT.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ZYT.</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> ) 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 ZYT.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 154,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,6 Tłuszcz [g] 47,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,9 Węglowodany ogółem [g] 340,1 w tym cukry [g] 26,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sól [g] 9,2

KPK- JP11 Niskołuszczowa	<p>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 Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g</p>		<p>Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 90 g (<u>GLU PSZ.</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 Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt 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>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 167,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 111,5 Tłuszcz [g] 45,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 Węglowodany ogółem [g] 339,6 w tym cukry [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Sól [g] 7,1</p>
KPK- JP11 Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	<p>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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>		<p>Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka wykwitnina z olejem b/c 100 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Marchew oprószana z olejem ( ) 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt 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>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 309,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,8 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18 Węglowodany ogółem [g] 335,4 w tym cukry [g] 39,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,7 Sól [g] 7,5</p>
KPK- JP11 Dziecięca 10-18 lat	<p>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 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p>	<p>Jarzynowa z zacierką ( )-podstawa 400 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Kotlet drobiowy panierowany 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Marchewka z groszkiem oprószana* ( ) 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</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 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>) Surówka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 353,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,4 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 353 w tym cukry [g] 46,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sól [g] 6,6</p>
KPK- JP11 Płynna	<p>Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)</p>		<p>Sonda Ob- jarzynowa z makaronem JP11 ( ) 800 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p>		<p>Sonda Kol ( ) 800 ml (<u>JAJ, SEL.</u>)</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 252 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 141,8 Tłuszcz [g] 90,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Węglowodany ogółem [g] 230 w tym cukry [g] 62 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 Sól [g] 3,5</p>

2024-02-13 wtorek

2024-02-13 wtorek

KRK- JPII Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Papka Ob- jarzynowa z makaronem JPII ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )		Papka Kol ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 221,3 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- JPII 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- 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 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- JPII Dziecięca 1-3 lat	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</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 Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 150 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 100 g Filet z kurczaka pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ.</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 Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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 15 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 179,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 65,7 Tłuszcz [g] 33,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,8 Węglowodany ogółem [g] 158,4 w tym cukry [g] 22,5 Błonnik pokarmowy [g] 13,7 Sól [g] 2,7
KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</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> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 20 g Papryka świeża 40 g	Podplomyki b/c 20 g ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Jarzynowa z zacierką ( )-podstawa 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Filet z kurczaka pieczony 90 g ( <u>GLU PSZ.</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 Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) 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> ) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 835,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,1 Tłuszcz [g] 45,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 276,6 w tym cukry [g] 35,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Sól [g] 5,2

2024-02-13 wtorek	KRK- JPII Wegetariańska	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 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Salata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Jarzynowa z zacierką ( )-podstawa 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Frittata z jajkiem 400 g ( <u>JAJ, MLE, SEL.</u> ) Sos pietruszkowy. ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Surówka wykwinna z olejem b/c 100 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml 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 groszku zielonego b/ml 80 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 80 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 098,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 71,2 Tłuszcz [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 301,1 w tym cukry [g] 46,4 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 Sól [g] 6,6
	KRK- JPII Bezglutenowa				Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 54 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 0,6 Tłuszcz [g] Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] Węglowodany ogółem [g] 12 w tym cukry [g] Błonnik pokarmowy [g] 1,8 Sól [g]
2024-02-14 środa	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. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw ( ) 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 107,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79 Tłuszcz [g] 43 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5 Węglowodany ogółem [g] 362,9 w tym cukry [g] 83,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sól [g] 6,8
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL.</u> ) Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw ( ) 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Ketchup 10 g ( <u>SEL.</u> ) Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 957,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,5 Tłuszcz [g] 42,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 320 w tym cukry [g] 41,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 Sól [g] 5,9
	KRK- JPII Łatwo strawna	Platki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw ( ) 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pomidor 80 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 244,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,6 Tłuszcz [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6 Węglowodany ogółem [g] 377,5 w tym cukry [g] 85,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 Sól [g] 4,5

KRK- JPII Cukrzyca z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 100 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw ( ) 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Kanapka z twarogiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarozek 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 843,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 79,6 Tłuszcz [g] 40,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,2 Węglowodany ogółem [g] 305,6 w tym cukry [g] 41,5 Błonnik pokarmowy [g] 40,6 Sól [g] 6,4
KRK- JPII Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) b/c 100 g Sos jogurtowo truskawkowy*b/c 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt ( <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 ryby gotowanej (miruna) i warzyw ( ) 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z twarogiem i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twarozek 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 943,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 71,2 Tłuszcz [g] 38,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10 Węglowodany ogółem [g] 341,4 w tym cukry [g] 41,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 6,2
KRK- JPII Niskotłuszczowa	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml		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 Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw ( ) 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) 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] 2 259,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 84,3 Tłuszcz [g] 40,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,1 Węglowodany ogółem [g] 402,8 w tym cukry [g] 84,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 Sól [g] 5
KRK- JPII Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> ) 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 Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw ( ) 80 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> ) Pomidor 80 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 350 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 80,8 Tłuszcz [g] 53 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1 Węglowodany ogółem [g] 399,9 w tym cukry [g] 84,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 Sól [g] 6,3

2024-02-14 środa

KRK- JPII Dziecięca 10-18 lat	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kakao/p b/c 250 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tofu 80 g ( <u>SOJ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ.</u> )	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 137,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 71,4 Tłuszcz [g] 43,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6 Węglowodany ogółem [g] 372,9 w tym cukry [g] 96,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sól [g] 6,1
KRK- JPII Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Sonda Ob- barszcz czerwony z ziemniakami JPII ( ) 800 ml ( <u>SEL.</u> )		Sonda Kol ( ) 800 ml ( <u>JAJ, SEL.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 142,6 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- JPII Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Papka Ob- barszcz czerwony z ziemniakami JPII ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )		Papka Kol ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 155,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 130,7 Tłuszcz [g] 84,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 229,2 w tym cukry [g] 59,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Sól [g] 3,3
KRK- JPII 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- 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> ) 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 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] 1 731 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,3 Tłuszcz [g] 34,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7 Węglowodany ogółem [g] 284,3 w tym cukry [g] 17,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 7,2



2024-02-14 środa	KRK- JP11 Dzieńca 1-3 lat	Platki owsiane na mleku 150 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Kakao/p b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 150 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 100 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</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 Tofu 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 295,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 35,8 Tłuszcz [g] 27,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 6,9 Węglowodany ogółem [g] 233 w tym cukry [g] 81,6 Błonnik pokarmowy [g] 14,6 Sól [g] 1,8
	KRK- JP11 Dzieńca 4-9 lat	Platki owsiane na mleku 150 ml ( <b>MLE, GLU OW.</b> ) Kakao/p b/c 180 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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 40 g Sałata zielona 15 g	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 180 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Tofu 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pomidor 80 g	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 911,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 60,2 Tłuszcz [g] 39,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,9 Węglowodany ogółem [g] 337,8 w tym cukry [g] 90,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sól [g] 3,7
	KRK- JP11 Wegetariańska	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> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )		Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sypko 200 g Mus z jabłek ( ) z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml		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 Tofu 80 g ( <b>SOJ.</b> ) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> )	Banan 1szt. 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 082,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 76,6 Tłuszcz [g] 41,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,6 Węglowodany ogółem [g] 362,4 w tym cukry [g] 80,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sól [g] 6,5
2024-02-15 czwartek	KRK- JP11 Podstawowa	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> ) Serek fromage naturalny 80g -Górski przysmak 0,5 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 20 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )		Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wp ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 150 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml		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 Paszтет z fasoli ( ) 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata 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] 2 427,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,4 Tłuszcz [g] 77,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 351,7 w tym cukry [g] 39,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,9 Sól [g] 8,5
	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> ) Serek fromage naturalny 80g -Górski przysmak 0,5 szt ( <b>MLE.</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 20 g Ketchup 10 g ( <b>SEL.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )		Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński z mięsa wp ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		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 Paszтет z fasoli ( ) 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ketchup 10 g ( <b>SEL.</b> ) 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] 2 335,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,5 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 335,8 w tym cukry [g] 36,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 Sól [g] 7,2

2024-02-15 czwartek

KRK- JPII Łatwo 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 Twarożek 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński ( ) -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> ) Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 222,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,6 Tłuszcz [g] 61 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 328,9 w tym cukry [g] 39,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sól [g] 6,3
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	Sok pomidorowy 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński ( ) -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) b/c 150 g ( <u>SEL</u> )	Kefir 2% tł 200 ml ( <u>MLE</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Ogórek kiszony 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] 1 996,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,5 Tłuszcz [g] 56,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9 Węglowodany ogółem [g] 289,1 w tym cukry [g] 34,4 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 Sól [g] 10,1
KRK- JPII Cukrzycka niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Sok pomidorowy 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński ( ) -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kefir 2% tł 200 ml ( <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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kanapka z szynką i salata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 894 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,1 Tłuszcz [g] 50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2 Węglowodany ogółem [g] 285,3 w tym cukry [g] 34,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Sól [g] 8,6
KRK- JPII Niskotłuszczowa	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Sos boloński ( ) -dieta 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 150 g Kompot owocowy* b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 60 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ</u> )	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 237,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 102,3 Tłuszcz [g] 49,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Węglowodany ogółem [g] 354,1 w tym cukry [g] 37,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sól [g] 6,8

2024-02-15 czwartek	KRK- JPil Kardio logiczna 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 Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )		Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński ( ) -dieta 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 150 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml		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 Paszтет z fasoli ( ) 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ</b> )	Jabko 1 szt 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 488,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,5 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 372,7 w tym cukry [g] 56,1 Błonnik pokarmowy [g] 43,8 Sól [g] 7,9
	KRK- JPil Dziecięca 10-18lat	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 fromage naturalny 80g -Górski przysmak 0,5 szt ( <b>MLE</b> ) Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 20 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ</b> )	Mandarynka 2 szt	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński z miesa wp ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE</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 Paszтет z fasoli ( ) 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ</b> ) Ogórek kiszony 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] 2 384,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,5 Tłuszcz [g] 76 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 347,7 w tym cukry [g] 59,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,5 Sól [g] 8,2
	KRK- JPil Plyma	Sonda Śn 800 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )		Sonda Ob- szpinakowa z ziemniakami JPil ( ) 800 ml ( <b>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] 2 128 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 136 Tłuszcz [g] 89,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 209,3 w tym cukry [g] 62,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Sól [g] 3,6
	KRK- JPil Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )		Papka Ob- szpinakowa z ziemniakami JPil ( ) 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] 2 146,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 130,9 Tłuszcz [g] 84,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 226,5 w tym cukry [g] 57,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Sól [g] 3,3

2024-02-15 czwartek	KRK- JPII Biegunkowa	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 Bulka 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	Bulka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka wędzona-pr.dr.wędzony, parzony 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 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 Bulka 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] 1 726,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,1 Tłuszcz [g] 31 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,6 Węglowodany ogółem [g] 283,5 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 ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kakao/p b/c 150 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 40 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g	Mandarynka 2 szt	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 150 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński ( ) -dieta 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 50 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <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 Szykowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.par zo.z dodat.wody w ost.niejad 25 g Sałata zielona 15 g Bulka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pomidor b/skórki 20 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 430,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 58,5 Tłuszcz [g] 41,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,6 Węglowodany ogółem [g] 212,5 w tym cukry [g] 44,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,4 Sól [g] 4
	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Kasza manna na mleku 150 ml ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kakao/p b/c 180 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Mandarynka 2 szt	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos boloński ( ) -dieta 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z selera i jabłka z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 180 ml	Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt ( <b>MLE.</b> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 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 Sałata zielona 20 g Bulka pszenna 50g 1 szt ( <b>GLU PSZ.</b> ) Pomidor 80 g	Drożdżówka mini 50g 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 751,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,3 Tłuszcz [g] 49,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 259,5 w tym cukry [g] 54 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sól [g] 6,1
	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 JĘCZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek fromage naturalny 80g -Górski przysmak 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )		Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron z warzywami* 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</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 Paszтет z fasoli ( ) 70 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Bulka 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] 2 326,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,3 Tłuszcz [g] 73 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 346,8 w tym cukry [g] 36,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Sól [g] 8,3

2024-02-16 piątek	KRK- JP11 Podstawowa	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Serek homo. naturalny 50 g ( <u>MLE.</u> )		Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 358,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87 Tłuszcz [g] 66 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Węglowodany ogółem [g] 367,6 w tym cukry [g] 87,4 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sól [g] 6,9
	KRK- JP11 Podstawowa bez surowizyny	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> )		Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki ( ) 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalafior 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> )	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 254,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,1 Tłuszcz [g] 56,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 367,4 w tym cukry [g] 90,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sól [g] 6,6
	KRK- JP11 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		Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalafior gotowany* 100 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) 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	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 365,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,2 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Węglowodany ogółem [g] 365,1 w tym cukry [g] 94,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 Sól [g] 5,3
	KRK- JP11 Cukrzycoza z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 964,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,9 Tłuszcz [g] 53 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13 Węglowodany ogółem [g] 293 w tym cukry [g] 42,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Sól [g] 6,5
	KRK- JP11 Cukrzyca niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kisiel o smaku cytrynowym b/c 150 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalafior gotowany* 100 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <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 białek z koperkiem 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, pomidor 15g) 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 068,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,4 Tłuszcz [g] 52,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 Węglowodany ogółem [g] 316,1 w tym cukry [g] 42,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Sól [g] 7,3

2024-02-16 piątek

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> ) 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		Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Kalafor 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	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 424,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,6 Tłuszcz [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 Węglowodany ogółem [g] 399,8 w tym cukry [g] 95,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Sól [g] 5,7
KRK- JPII Kardiologiczna 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> )		Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g ( <u>RYB</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 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 pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 473 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,2 Tłuszcz [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 400,8 w tym cukry [g] 93,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Sól [g] 7,9
KRK- JPII 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> )	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 250 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )	Kasza manna z syropem o smaku malinowym 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g ( <u>JAJ, GOR</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 391,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78 Tłuszcz [g] 63,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Węglowodany ogółem [g] 389,3 w tym cukry [g] 110,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 6,7
KRK- JPII Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )		Sonda Ob ( ) 800 ml ( <u>SEL</u> )		Sonda Kol ( ) 800 ml ( <u>JAJ, SEL</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 134,5 Tłuszcz [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 207,5 w tym cukry [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 33 Sól [g] 3,6
KRK- JPII Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )		Papka Ob ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> )		Papka Kol ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 138,9 Białko 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

2024-02-16 piątek	KRK- JP11 Biegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) Ryz na sytko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/m 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ.</u> )	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt	Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 371,8 Białko 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- JP11 Pobiegunkowa	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <u>może zawierać: MLE, GOR.</u> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL.</u> ) 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 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] 1 733,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 87,1 Tłuszcz [g] 31,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,6 Węglowodany ogółem [g] 284,1 w tym cukry [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 5,2
	KRK- JP11 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	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 150 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 100 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 30 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Warzywa po grecku ( ) 50 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml Kalafior gotowany* 50 g	Kasza manna z syropem o smaku malinowym 150 g ( <u>GLU PSZ, 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 Pasta z jaj z koperkiem -dieta 40 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 382,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 51,3 Tłuszcz [g] 33,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,8 Węglowodany ogółem [g] 225,3 w tym cukry [g] 85 Błonnik pokarmowy [g] 14,9 Sól [g] 2,8
	KRK- JP11 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	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 150 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 250 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos jarzynowy ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 180 ml Kalafior gotowany* 100 g	Kasza manna z syropem o smaku malinowym 150 g ( <u>GLU PSZ, 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 Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 40 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 970,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 69,2 Tłuszcz [g] 44,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 334,4 w tym cukry [g] 102,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 Sól [g] 5,1
	KRK- JP11 Wegetariańska	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Mandarynka 1 szt Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml ( <u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Kotlet jaglany z serem top i pietruszka 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem ( ) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Warzywa po grecku ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z cebula i koperkiem 80 g ( <u>JAJ, GOR.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 405,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 70,4 Tłuszcz [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Węglowodany ogółem [g] 380,8 w tym cukry [g] 86,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,8 Sól [g] 7

2024-02-17 sobota	KRK- JPII Podstawowa	<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 75 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                  Pasztet drobiowy z kurzej półki 70 g (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)                  Sałata zielona 20 g                  Ogórek kiszony 80 g                  Chleb Graham 30 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p>		<p>Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                  Ryż na sypko (brązowy) 200 g                  Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (<b>SEL.</b>)                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Surówka z marchwi z olejem ( ) 100 g                  Buraczki oprószone ( ) 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p>		<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                  Sałatka z makaronu z wędliną drobiową 100 g (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR, może zawierać: MLE, GOR.</b>)                  Pomidor 80 g                  Sałata zielona 20 g</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 323,8                  Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 92,8                  Tłuszcz [g] 63,6                  Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4                  Węglowodany ogółem [g] 355,9                  w tym cukry [g] 49,1                  Błonnik pokarmowy [g] 39,7                  Sól [g] 8,2</p>
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	<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 75 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b>)                  Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<b>MLE.</b>)                  Pasztet drobiowy z kurzej półki 70 g (<b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b>)                  Ketchup 10 g (<b>SEL.</b>)                  Chleb Graham 30 g (<b>GLU PSZ.</b>)</p>		<p>Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                  Ryż na sypko (brązowy) 200 g                  Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g (<b>SEL.</b>)                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Buraczki oprószone ( ) 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Surówka z marchwi z olejem ( ) 100 g</p>		<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                  Sałatka z makaronu z wędliną drobiową -Dieta ( ) 100 g (<b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b>)                  Ketchup 10 g (<b>SEL.</b>)</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 270,6                  Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 89,1                  Tłuszcz [g] 60,3                  Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6                  Węglowodany ogółem [g] 350,8                  w tym cukry [g] 49,4                  Błonnik pokarmowy [g] 39,3                  Sól [g] 6,9</p>
	KRK- JPII Łatwo strawna	<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 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt                  Szyńska Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<b>SOJ.</b>)                  Sałata zielona 20 g                  Pomidor 80 g</p>		<p>Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                  Ryż na sypko 200 g                  Potrawka drobiowa z warzywami ( ) 150 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                  Buraczki oprószone ( ) 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt                  Sałatka z makaronu z wędliną drobiową -Dieta ( ) 100 g (<b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b>)                  Pomidor 80 g                  Sałata zielona 20 g</p>	<p>Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 215                  Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 91,2                  Tłuszcz [g] 54,4                  Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2                  Węglowodany ogółem [g] 354,2                  w tym cukry [g] 49,8                  Błonnik pokarmowy [g] 30,9                  Sól [g] 6,2</p>
	KRK- JPII Cukrzykowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>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                  Szyńska Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<b>SOJ.</b>)                  Sałata zielona 20 g                  Ogórek kiszony 80 g</p>	Jabłko 1 szt 1 szt	<p>Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                  Ryż na sypko (brązowy) 200 g                  Potrawka drobiowa z warzywami ( ) 150 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                  Buraczki oprószone ( ) 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Surówka z marchwi z olejem b/c ( ) 100 g</p>	Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, pomidor) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml                  Chleb Graham 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt                  Sałatka z makaronu z wędliną drobiową -Dieta ( ) 100 g (<b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b>)                  Pomidor 80 g                  Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kanapka z szynką i pomidorem (chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, pomidor 15g) 1 szt (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE.</b>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 175,9                  Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 94,4                  Tłuszcz [g] 51                  Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,7                  Węglowodany ogółem [g] 355,9                  w tym cukry [g] 46,1                  Błonnik pokarmowy [g] 49,2                  Sól [g] 9,7</p>
KRK- JPII Cukrzykowa niskotł. z ogr. łatw. węgl. niskotł.	<p>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                  Szyńska Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<b>SOJ.</b>)                  Sałata zielona 20 g                  Pomidor 80 g</p>	Jabłko 1 szt 1 szt	<p>Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b>)                  Ryż na sypko 200 g                  Potrawka drobiowa z warzywami ( ) 150 g (<b>GLU PSZ, SEL.</b>)                  Buraczki oprószone ( ) 100 g (<b>GLU PSZ.</b>)                  Kompot owocowy* b/c 250 ml                  Marchew gotowana z olejem ( ) 100 g</p>	Kanapka z twarogiem i pomidorem (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, pomidor) 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT.</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                  Sałatka z makaronu z wędliną drobiową -Dieta ( ) 100 g (<b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b>)                  Pomidor 80 g                  Sałata zielona 20 g</p>	<p>Kanapka z szynką i sałata (chleb pszenno-żytni 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<b>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT.</b>)</p>	<p>Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 264,1                  Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 85,5                  Tłuszcz [g] 48,1                  Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,5                  Węglowodany ogółem [g] 390,3                  w tym cukry [g] 47,2                  Błonnik pokarmowy [g] 37,4                  Sól [g] 9,7</p>	



2024-02-17 sobota	KRK- JP11 Niskotłuszczowa	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 140 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <u>SOJ.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g		Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami ( ) 150 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki oprószone ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) 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 Salatka z makaronu z wędliną drobiową -Dieta ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL. 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] 2 274,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,6 Tłuszcz [g] 43,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,8 Węglowodany ogółem [g] 388,9 w tym cukry [g] 50,6 Błonnik pokarmowy [g] 32 Sól [g] 6,7
	KRK- JP11 Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 350 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z marchwi z olejem ( ) 100 g Buraczki oprószone ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</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 makaronu z wędliną drobiową -Dieta ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ, SEL. 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] 2 456,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,8 Tłuszcz [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,3 Węglowodany ogółem [g] 391,1 w tym cukry [g] 52,5 Błonnik pokarmowy [g] 43,7 Sól [g] 9,1
	KRK- JP11 Dziecięca 10-18 lat	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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 drobiowy z kurzej półki 70 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Jabiko 1 szt 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z marchwi z olejem ( ) 100 g Buraczki oprószone ( ) 100 g ( <u>GLU PSZ.</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 makaronu z wędliną drobiową 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR. 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] 2 247,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,2 Tłuszcz [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 Węglowodany ogółem [g] 356,5 w tym cukry [g] 67,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 Sól [g] 7,7
	KRK- JP11 Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Sonda Ob- koperkowa 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] 2 116 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 134,6 Tłuszcz [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 207,7 w tym cukry [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Sól [g] 3,6
	KRK- JP11 Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Papka Ob- koperkowa 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] 2 139,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 130 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 225,6 w tym cukry [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Sól [g] 3,2

2024-02-17 sobota	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 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- JP11 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 Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g ( <b>SOJ.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa ( ) 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 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] 1 716,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,5 Tłuszcz [g] 31 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 5,1 Węglowodany ogółem [g] 283,4 w tym cukry [g] 17,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 6,8
	KRK- JP11 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 Szynka Piastowska-wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 25 g ( <b>SOJ.</b> ) Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 150 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sytko 100 g Potrawka drobiowa z warzywami ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószane ( ) 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml Marchew gotowana z olejem ( ) 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 Salatka z makaronu z wędliną drobiowa -Dieta ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 299,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 55,5 Tłuszcz [g] 33 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,5 Węglowodany ogółem [g] 203,3 w tym cukry [g] 51,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,1 Sól [g] 3,4
	KRK- JP11 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> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 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> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jabłko 1 szt 1 szt	Koperkowa z ziemniakami ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ryz na sytko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami ( ) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Buraczki oprószane ( ) 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 180 ml Surówka z marchwi z olejem ( ) 100 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 Salatka z makaronu z wędliną drobiowa -Dieta ( ) 40 g ( <b>GLU PSZ, SEL, może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Pomidor 40 g Salata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 773,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 70,1 Tłuszcz [g] 38,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,2 Węglowodany ogółem [g] 300,9 w tym cukry [g] 63,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Sól [g] 5,8
	KRK- JP11 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 Twaróg półtłusty 80 g ( <b>MLE.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )		Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 400 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Surówka z marchwi z olejem ( ) 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 Hummus 80 g ( <b>SEZ.</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 410,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,7 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2 Węglowodany ogółem [g] 389,7 w tym cukry [g] 66,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 Sól [g] 6,5

2024-02-18 niedziela	KRK- JPII Podstawowa	Kasza jęczmienna 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka wielowarzywna 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 Serek homo o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabiko 1 szt 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 386,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102,6 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 355,6 w tym cukry [g] 55,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 8	
	KRK- JPII Podstawowa bez surowizny	Kasza jęczmienna 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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ketchup 10 g ( <b>SEL.</b> ) Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki ( ) 200 g Kotlet schabowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>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 Serek homo o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabiko pieczone 1szt. 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 356,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,5 Tłuszcz [g] 66,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 350,2 w tym cukry [g] 52,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Sól [g] 8,1	
	KRK- JPII Latwo strawna	Kasza jęczmienna 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>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 Serek homo o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabiko 1 szt 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</b> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 352 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 113,3 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 341,6 w tym cukry [g] 56,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 Sól [g] 6,7	
	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 60 g Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c ( ) 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> )	Kanapka z szynką i salata ( chleb razowy 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 5g) 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 Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabiko 1 szt 1 szt	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] 2 066,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116 Tłuszcz [g] 48,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 Węglowodany ogółem [g] 311,7 w tym cukry [g] 40,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 Sól [g] 9,1
	KRK- JPII Cukrzykowa 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 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Maślanka 150 ml ( <b>MLE.</b> )	Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny ( ) 100 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 g ( <b>SEL.</b> )	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> )	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 Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabiko pieczone 1szt. 1 szt	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] 2 174,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,2 Tłuszcz [g] 49,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,2 Węglowodany ogółem [g] 337,8 w tym cukry [g] 40,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Sól [g] 10,2

KRK- JP11 Niskotłuszczowa	Kasza jęczmienna 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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g		Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem ( ) 100 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 Serek homo o smaku wanilinowym 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabiko pieczone 1szt. 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 411,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 118,6 Tłuszcz [g] 54 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Węglowodany ogółem [g] 376,2 w tym cukry [g] 57 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Sól [g] 7,2
KRK- JP11 Kardiologiczna dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	Kasza jęczmienna 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )		Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny ( ) 100 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem ( ) 100 g ( <u>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 140 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Tłuszcz do smarownia 59% tł. 10g 2 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabiko 1 szt 1 szt	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u> )	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 459,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 112,6 Tłuszcz [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 373,3 w tym cukry [g] 53,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sól [g] 8,9
KRK- JP11 Dziecięca 10-18 lat	Kasza jęczmienna na mleku 250 ml ( <u>MLE, GLU JECZ.</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> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Galaretki jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g ( <u>MLE.</u> )	Pomidorowa z zacierką ( ) 250 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Ziemniaki z koperkiem ( ) 200 g Kotlet schabowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Surówka wielowarzywna z olejem ( ) 100 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</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 Serek homo o smaku wanilinowym 80 g ( <u>MLE.</u> ) Jabiko pieczone 1szt. 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 437,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,3 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 372,3 w tym cukry [g] 74,8 Błonnik pokarmowy [g] 30 Sól [g] 7,8
KRK- JP11 Płynna	Sonda Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Sonda Ob ( ) 800 ml ( <u>SEL.</u> )		Sonda Kol ( ) 800 ml ( <u>JAJ, SEL.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 114,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 134,5 Tłuszcz [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 207,5 w tym cukry [g] 62,3 Błonnik pokarmowy [g] 33 Sól [g] 3,6
KRK- JP11 Papkowata	Papka Śn 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Papka Ob ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )		Papka Kol ( ) 800 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> )	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 138,9 Białko 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

2024-02-18 niedziela

2024-02-18 niedziela	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 Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 485,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 35,2 Tłuszcz [g] 23,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,4 Węglowodany ogółem [g] 288 w tym cukry [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 12,8 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 Szynka tostowa-drobiowa, średnio rozdrob. 60 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> )	Chrupki kukurydziane 20 g	Ryżowa () 400 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 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 Wafle ryżowe 30 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 852,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,2 Tłuszcz [g] 33,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 4,6 Węglowodany ogółem [g] 306,8 w tym cukry [g] 17,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Sól [g] 6,4
	KRK- JPII Dziecięca 1-3 lat	Kasza jęczmienna na mleku 150 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Kakao/p b/c 150 ml ( <b>MLE.</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 Salata zielona 15 g	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g ( <b>MLE.</b> )	Pomidorowa z zacierką ( ) 150 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem () 100 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Szpinak gotowany z olejem* 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 150 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 50 g ( <b>SEL.</b> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ.</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 Serek homo o smaku wanilinowym 40 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 536,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 67,5 Tłuszcz [g] 47,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,5 Węglowodany ogółem [g] 212,9 w tym cukry [g] 56,8 Błonnik pokarmowy [g] 15,3 Sól [g] 3,6
	KRK- JPII Dziecięca 4-9 lat	Kasza jęczmienna na mleku 150 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Kakao/p b/c 180 ml ( <b>MLE.</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 drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g ( <b>MLE.</b> )	Ziemniaki z koperkiem () 200 g Pomidorowa z zacierką ( ) 250 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot owocowy* b/c 180 ml Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem () 100 g ( <b>SEL.</b> )	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SOJ.</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 Serek homo o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 115 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,3 Tłuszcz [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 311,9 w tym cukry [g] 67,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 Sól [g] 6,6
	KRK- JPII Wegetariańska	Kasza jęczmienna 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 Ser żółty 60 g ( <b>MLE.</b> ) Rzepa biała 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g ( <b>GLU PSZ.</b> )		Pomidorowa z zacierką ( ) 400 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</b> ) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 400 g ( <b>JAJ, MLE, SEL.</b> ) Surówka wielowarzynna 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 Serek homo o smaku wanilinowym 80 g ( <b>MLE.</b> ) Jabłko 1 szt 1 szt		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 292,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,2 Tłuszcz [g] 77,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 322,9 w tym cukry [g] 59,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,1 Sól [g] 7,7

<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,