

		KRK- JPil 1 Podstawowa	KRK- JPil 1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JPil 2 Łatwo strawna	KRK- JPil 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- JPil 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów/łatwo strawna z ogr. tłuszczów	KRK- JPil 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPil 7 Okontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	KRK- JPil P1 Podstawowa 10-18 lat
2025-12-22 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</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>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II SN			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 20 g				Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprósany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprósany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprósany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprósany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>)				Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (<u>RYB, SOJ.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Banan 1szt. 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 5 g	Banan 1szt. 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2299.72 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 62.39 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 359.20 g; W tym cukry: 77.45 g; Błonnik pok.: 35.37 g; Sól: 9.60 g;	Wartość energetyczna: 2149.33 kcal; Białko ogółem: 91.86 g; Tłuszcz: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 15.09 g; Węglowodany ogółem: 319.29 g; W tym cukry: 37.03 g; Błonnik pok.: 32.36 g; Sól: 10.97 g;	Wartość energetyczna: 2288.20 kcal; Białko ogółem: 97.65 g; Tłuszcz: 62.87 g; Kw. tł. nasy.: 13.93 g; Węglowodany ogółem: 345.50 g; W tym cukry: 78.96 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sól: 7.38 g;	Wartość energetyczna: 2109.53 kcal; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 57.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.73 g; Węglowodany ogółem: 307.81 g; W tym cukry: 34.30 g; Błonnik pok.: 35.93 g; Sól: 11.30 g;	Wartość energetyczna: 2256.01 kcal; Białko ogółem: 103.03 g; Tłuszcz: 58.95 g; Kw. tł. nasy.: 13.98 g; Węglowodany ogółem: 342.91 g; W tym cukry: 35.89 g; Błonnik pok.: 30.59 g; Sól: 11.51 g;	Wartość energetyczna: 2320.00 kcal; Białko ogółem: 102.10 g; Tłuszcz: 51.82 g; Kw. tł. nasy.: 11.46 g; Węglowodany ogółem: 374.35 g; W tym cukry: 79.56 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sól: 7.81 g;	Wartość energetyczna: 2309.22 kcal; Białko ogółem: 94.72 g; Tłuszcz: 60.24 g; Kw. tł. nasy.: 13.87 g; Węglowodany ogółem: 362.04 g; W tym cukry: 76.06 g; Błonnik pok.: 32.15 g; Sól: 10.07 g;	Wartość energetyczna: 2271.87 kcal; Białko ogółem: 97.77 g; Tłuszcz: 55.63 g; Kw. tł. nasy.: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 358.68 g; W tym cukry: 111.00 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sól: 9.32 g;

		KRK- JPil 1 Podstawowa	KRK- JPil 1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JPil 2 Łatwo strawna	KRK- JPil 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- JPil 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów/łatwo strawna z ogr. tłuszczów	KRK- JPil 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPil 7 Okontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	KRK- JPil P1 Podstawowa 10-18 lat
2025-12-23 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Roszponka 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
	II SN					Jabłko 1 szt 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Marchew gotowana z olejem () 100 g	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 100 g	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>)	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Marchew gotowana z olejem () 100 g	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>)	Brokułowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wieprzowy 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ,</u>)
	PD					Sok pomidorowy 200 ml			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretką drobiową z udźcem z kurczaka () 100 g (<u>SEL,</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Galaretką drobiową z udźcem z kurczaka () 100 g (<u>SEL,</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)
PN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Sałata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2086.95 kcal; Białko ogółem: 97.87 g; Tłuszcz: 52.12 g; Kw. tł. nasy.: 19.28 g; Węglowodany ogółem: 317.37 g; W tym cukry: 51.87 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sól: 6.25 g;	Wartość energetyczna: 2061.90 kcal; Białko ogółem: 94.88 g; Tłuszcz: 52.88 g; Kw. tł. nasy.: 18.75 g; Węglowodany ogółem: 307.32 g; W tym cukry: 47.89 g; Błonnik pok.: 33.44 g; Sól: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2245.40 kcal; Białko ogółem: 105.52 g; Tłuszcz: 62.48 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; Węglowodany ogółem: 323.11 g; W tym cukry: 49.31 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2051.24 kcal; Białko ogółem: 104.93 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw. tł. nasy.: 14.05 g; Węglowodany ogółem: 309.48 g; W tym cukry: 56.27 g; Błonnik pok.: 45.24 g; Sól: 7.85 g;	Wartość energetyczna: 2118.64 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 51.09 g; Kw. tł. nasy.: 13.30 g; Węglowodany ogółem: 332.80 g; W tym cukry: 54.05 g; Błonnik pok.: 31.64 g; Sól: 8.88 g;	Wartość energetyczna: 2277.20 kcal; Białko ogółem: 109.97 g; Tłuszcz: 51.43 g; Kw. tł. nasy.: 14.51 g; Węglowodany ogółem: 351.96 g; W tym cukry: 49.91 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Sól: 6.08 g;	Wartość energetyczna: 2498.41 kcal; Białko ogółem: 110.81 g; Tłuszcz: 63.22 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 383.43 g; W tym cukry: 50.91 g; Błonnik pok.: 41.24 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2202.75 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 51.89 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; Węglowodany ogółem: 348.47 g; W tym cukry: 71.96 g; Błonnik pok.: 37.40 g; Sól: 6.26 g;

		KRK- JPII 1 Podstawowa	KRK- JPII 1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JPII 2 Łatwo strawna	KRK- JPII 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- JPII 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów/łatwo strawna z ogr. tłuszczów	KRK- JPII 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPII 7 Okontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	KRK- JPII P1 Podstawowa 10-18 lat
2025-12-24 środa	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ketchup 10 g (SEL)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Bulka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 80 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bulka pszenna długa krojona 140 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (MLE) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ)
	Tłuszcze				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE)				Galaretko o smaku cytrynowym 150 g
	Obiad	Jarzynowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 350 g (GLU PSZ, MLE) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL) Kalafor gotowany* 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 350 g (GLU PSZ, MLE) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL) Kalafor gotowany* 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (GLU PSZ, MLE) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL) Kalafor gotowany* 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 350 g (GLU PSZ, MLE) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL) Kalafor gotowany* 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron 200 g (GLU PSZ) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL) Kalafor gotowany* 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 350 g (GLU PSZ, MLE) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL) Kalafor gotowany* 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 350 g (GLU PSZ, MLE) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL) Kalafor gotowany* 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 350 g (GLU PSZ, MLE) Sos bazyliowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL) Kalafor gotowany* 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (MLE) Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)				Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Ryba smażona (Dorsz) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Ryba smażona (Dorsz) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Mandarynka 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB) Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku 100 g (GLU PSZ, SEL)	Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (RYB) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Chalka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Ryba smażona (Dorsz) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Warzywa po grecku () 100 g (GLU PSZ, SEL)
	PN	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)			Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 25 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 25 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02)		
		Wartość energetyczna: 2308.71 kcal; Białko ogółem: 95.25 g; Tłuszcz: 62.34 g; Kw. tł. nasy.: 17.85 g; Węglowodany ogółem: 350.60 g; W tym cukry: 36.18 g; Błonnik pok.: 37.38 g; Sól: 7.65 g;	Wartość energetyczna: 2284.59 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 58.47 g; Kw. tł. nasy.: 17.11 g; Węglowodany ogółem: 350.74 g; W tym cukry: 36.41 g; Błonnik pok.: 36.50 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 2196.49 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 48.35 g; Kw. tł. nasy.: 13.74 g; Węglowodany ogółem: 347.66 g; W tym cukry: 40.09 g; Błonnik pok.: 29.98 g; Sól: 4.70 g;	Wartość energetyczna: 2247.84 kcal; Białko ogółem: 108.01 g; Tłuszcz: 47.03 g; Kw. tł. nasy.: 11.97 g; Węglowodany ogółem: 365.04 g; W tym cukry: 39.59 g; Błonnik pok.: 47.99 g; Sól: 8.37 g;	Wartość energetyczna: 2472.60 kcal; Białko ogółem: 118.74 g; Tłuszcz: 50.97 g; Kw. tł. nasy.: 14.08 g; Węglowodany ogółem: 401.64 g; W tym cukry: 45.57 g; Błonnik pok.: 36.34 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2358.47 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 53.51 g; Kw. tł. nasy.: 14.82 g; Węglowodany ogółem: 364.32 g; W tym cukry: 37.28 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 2235.59 kcal; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 54.77 g; Kw. tł. nasy.: 14.06 g; Węglowodany ogółem: 349.31 g; W tym cukry: 36.29 g; Błonnik pok.: 37.33 g; Sól: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2485.86 kcal; Białko ogółem: 100.41 g; Tłuszcz: 59.13 g; Kw. tł. nasy.: 17.49 g; Węglowodany ogółem: 399.46 g; W tym cukry: 81.61 g; Błonnik pok.: 38.44 g; Sól: 7.12 g;

	KRK- JP1I 1 Podstawowa	KRK- JP1I 1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JP1I 2 Łatwo strawna	KRK- JP1I 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- JP1I 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów/łatwo strawna z ogr. tłuszczów	KRK- JP1I 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JP1I 7 Okontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	KRK- JP1I P1 Podstawowa 10-18 lat	
2025-12-25 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Ketchup 10 g (SEL) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 20 g Papryka świeża 80 g	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 140 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Chleb Graham 30g (GLU PSZ.)	Płatki pszenne na mleku 250 ml (GLU PSZ, MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)
	II SN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)				Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos meksykański 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki gotowane () 200 g Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos meksykański 100 g (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Seler z marchewką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.)	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 90 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Seler z marchewką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.)	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 90 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 90 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Seler z marchewką gotowany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL.)	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 90 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Ziemniaczana () 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 90 g (GLU PSZ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Barszcz biały z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Karczek pieczony 100 g (GLU PSZ.) Sos meksykański 100 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g
	PD				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml				Mandarynka 150 g
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Salatka jarzynowa () 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 20 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Ketchup 10 g (SEL) Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Salatka jarzynowa - dieta () 80 g (MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Salatka jarzynowa - dieta () 80 g (MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Mandarynka 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Salatka jarzynowa - dieta () 80 g (MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Salatka jarzynowa - dieta () 80 g (MLE, SEL.) Salata zielona 20 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Salatka jarzynowa - dieta () 80 g (MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 20 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.) Salatka jarzynowa () 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 20 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ, OZI.)
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Salata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wieloolowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2374.78 kcal; Białko ogółem: 100.85 g; Tłuszcz: 79.85 g; Kw. tł. nasy.: 26.21 g; Węglowodany ogółem: 333.26 g; W tym cukry: 40.11 g; Błonnik pok.: 34.08 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 2227.80 kcal; Białko ogółem: 97.63 g; Tłuszcz: 68.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 320.79 g; W tym cukry: 37.06 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2365.22 kcal; Białko ogółem: 105.18 g; Tłuszcz: 72.51 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 343.27 g; W tym cukry: 40.45 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 2234.18 kcal; Białko ogółem: 109.67 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 339.79 g; W tym cukry: 50.08 g; Błonnik pok.: 40.22 g; Sól: 8.36 g;	Wartość energetyczna: 2311.32 kcal; Białko ogółem: 102.30 g; Tłuszcz: 59.11 g; Kw. tł. nasy.: 15.75 g; Węglowodany ogółem: 367.23 g; W tym cukry: 50.20 g; Błonnik pok.: 35.85 g; Sól: 9.63 g;	Wartość energetyczna: 2424.62 kcal; Białko ogółem: 110.52 g; Tłuszcz: 61.61 g; Kw. tł. nasy.: 15.00 g; Węglowodany ogółem: 377.89 g; W tym cukry: 41.17 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 2499.18 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 74.38 g; Kw. tł. nasy.: 17.87 g; Węglowodany ogółem: 374.02 g; W tym cukry: 37.98 g; Błonnik pok.: 34.43 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2546.03 kcal; Białko ogółem: 102.34 g; Tłuszcz: 82.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 370.85 g; W tym cukry: 67.08 g; Błonnik pok.: 33.65 g; Sól: 8.30 g;	

	KRK- JPil 1 Podstawowa	KRK- JPil 1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JPil 2 Łatwo strawna	KRK- JPil 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- JPil 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów/łatwo strawna z ogr. tłuszczów	KRK- JPil 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPil 7 Okontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	KRK- JPil P1 Podstawowa 10-18 lat		
2025-12-26 piątek	Śniadanie	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor 80 g Chleb Graham 30g (GLU PSZ) Sałata zielona 20 g	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Ketchup 10 g (SEL) Chleb Graham 30g (GLU PSZ)	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 100g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kefir 2% tł 200 ml (MLE) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (MLE) Pomidor 80 g Chleb Graham 30g (GLU PSZ) Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kakao/p b/c 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo. naturalny 80 g (MLE) Pomidor 80 g Chleb Graham 30g (GLU PSZ) Sałata zielona 20 g		
	II SN					Kefir 2% tł 200 ml (MLE)			Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (MLE)	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kapusta zasmażana () 100 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* b/c 250 ml Kalaflor gotowany* 100 g	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kalaflor gotowany* 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos bazylowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Kalaflor gotowany* 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos bazylowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Kalaflor gotowany* 100 g	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos bazylowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Kalaflor gotowany* 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml		Pomidorowa z ryżem () 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos bazylowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Kalaflor gotowany* 100 g	Pomidorowa z ryżem () 250 ml (MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Kapusta zasmażana () 100 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* b/c 250 ml Kalaflor gotowany* 100 g	
	PD					Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (JAJ) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Twaróg półtłusty 25 g (MLE) Sałata zielona 5 g			Biskvity b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Kolejka	Babka piaskowa z kakao 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Babka piaskowa z kakao 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 60 g Ketchup 10 g (SEL)	Babka piaskowa z kakao 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Mandarynka 150 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Babka piaskowa z kakao 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Babka piaskowa z kakao 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Babka piaskowa z kakao 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	
PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 20 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2274.82 kcal; Białko ogółem: 96.14 g; Tłuszcz: 74.67 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 315.23 g; W tym cukry: 27.56 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2175.18 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 68.17 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 302.67 g; W tym cukry: 22.06 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sól: 8.83 g;	Wartość energetyczna: 2188.07 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 67.24 g; Kw. tł. nasy.: 15.29 g; Węglowodany ogółem: 298.70 g; W tym cukry: 27.97 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2111.40 kcal; Białko ogółem: 121.17 g; Tłuszcz: 51.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.35 g; Węglowodany ogółem: 310.34 g; W tym cukry: 44.88 g; Błonnik pok.: 38.96 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2163.55 kcal; Białko ogółem: 114.08 g; Tłuszcz: 46.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.10 g; Węglowodany ogółem: 335.97 g; W tym cukry: 42.37 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sól: 10.61 g;	Wartość energetyczna: 2247.47 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 56.34 g; Kw. tł. nasy.: 12.86 g; Węglowodany ogółem: 333.32 g; W tym cukry: 28.69 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2361.32 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 70.89 g; Kw. tł. nasy.: 15.78 g; Węglowodany ogółem: 337.32 g; W tym cukry: 28.76 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sól: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 2511.67 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; Węglowodany ogółem: 358.56 g; W tym cukry: 39.66 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sól: 7.61 g;		

	KRK- JPII 1 Podstawowa	KRK- JPII 1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JPII 2 Łatwo strawna	KRK- JPII 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- JPII 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów/łatwo strawna z ogr. tłuszczów	KRK- JPII 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPII 7 Okontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	KRK- JPII P1 Podstawowa 10-18 lat
2025-12-27 sobota	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z soczewicy czarnej 80 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z soczewicy czarnej 80 g Ketchup 10 g (<u>SEL</u>)	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp., pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp., pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bulka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp., pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z soczewicy czarnej 80 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka pieczona, łopatką wieprzową wędzoną parzoną z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g			Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u>)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml		Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml				Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 250 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			Jabłko 1 szt 1 szt				Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)
	Kolejacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Parówki cieszyński- węd. wp. homog. wędz. parz 70 g (<u>SOJ, SEL</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Parówki cieszyński- węd. wp. homog. wędz. parz 70 g (<u>SOJ, SEL</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Parówki cieszyński- węd. wp. homog. wędz. parz 70 g (<u>SOJ, SEL</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor 20 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2408.16 kcal; Białko ogółem: 85.99 g; Tłuszcz: 76.35 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 361.45 g; W tym cukry: 51.90 g; Błonnik pok.: 36.72 g; Sól: 12.05 g;	Wartość energetyczna: 2382.81 kcal; Białko ogółem: 83.76 g; Tłuszcz: 76.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 355.91 g; W tym cukry: 50.20 g; Błonnik pok.: 34.84 g; Sól: 10.90 g;	Wartość energetyczna: 2392.87 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 93.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 306.11 g; W tym cukry: 58.04 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 7.18 g;	Wartość energetyczna: 2222.73 kcal; Białko ogółem: 103.66 g; Tłuszcz: 62.33 g; Kw. tł. nasy.: 13.00 g; Węglowodany ogółem: 334.52 g; W tym cukry: 43.52 g; Błonnik pok.: 44.97 g; Sól: 9.34 g;	Wartość energetyczna: 2486.12 kcal; Białko ogółem: 97.44 g; Tłuszcz: 87.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 343.52 g; W tym cukry: 44.38 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sól: 10.42 g;	Wartość energetyczna: 2452.27 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 82.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 340.73 g; W tym cukry: 58.76 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sól: 7.71 g;	Wartość energetyczna: 2349.88 kcal; Białko ogółem: 92.07 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tł. nasy.: 14.86 g; Węglowodany ogółem: 359.25 g; W tym cukry: 53.90 g; Błonnik pok.: 34.10 g; Sól: 9.68 g;	Wartość energetyczna: 2114.28 kcal; Białko ogółem: 79.90 g; Tłuszcz: 74.50 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; Węglowodany ogółem: 294.51 g; W tym cukry: 65.50 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 10.27 g;

2025-12-28 niedziela

	KRK- JPil 1 Podstawowa	KRK- JPil 1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JPil 2 Łatwo strawna	KRK- JPil 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- JPil 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów/łatwo strawna z ogr.tłuszczów	KRK- JPil 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPil 7 Okontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	KRK- JPil P1 Podstawowa 10-18 lat
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 140 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pastaz twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser żółty 60 g (MLE) Sałata zielona 20 g
II SN				Maślanka 150 ml (MLE)				Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE)
Obiad	Krem z zielonych warzyw *)() 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dramstik z kurczaka pieczony 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *)() 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane () 200 g Dramstik z kurczaka pieczony 200 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *)() 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 200 g Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn oprószyany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *)() 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 200 g Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *)() 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 200 g Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Bukiet jarzyn oprószyany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml		Krem z zielonych warzyw *)() 350 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 200 g Sos jarzynowy () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *)() 250 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dramstik z kurczaka pieczony 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn oprószyany z olejem () 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompotowocowy* b/c 250 ml
PD			Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml					Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Ketchup 10 g (SEL)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynekowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynekowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 5 g	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wieloolowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2573.36 kcal; Białko ogółem: 126.95 g; Tłuszcz: 109.46 g; Kw. tł. nasy.: 35.08 g; Węglowodany ogółem: 285.06 g; W tym cukry: 53.11 g; Błonnik pok.: 34.00 g; Sól: 8.19 g;	Wartość energetyczna: 2489.81 kcal; Białko ogółem: 125.61 g; Tłuszcz: 103.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 277.15 g; W tym cukry: 46.85 g; Błonnik pok.: 31.86 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2399.51 kcal; Białko ogółem: 124.35 g; Tłuszcz: 83.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.51 g; Węglowodany ogółem: 298.96 g; W tym cukry: 53.68 g; Błonnik pok.: 30.40 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2295.42 kcal; Białko ogółem: 131.41 g; Tłuszcz: 77.77 g; Kw. tł. nasy.: 19.35 g; Węglowodany ogółem: 287.32 g; W tym cukry: 62.07 g; Błonnik pok.: 39.42 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 2327.24 kcal; Białko ogółem: 124.51 g; Tłuszcz: 73.92 g; Kw. tł. nasy.: 19.11 g; Węglowodany ogółem: 306.41 g; W tym cukry: 56.74 g; Błonnik pok.: 32.55 g; Sól: 8.70 g;	Wartość energetyczna: 2458.91 kcal; Białko ogółem: 129.69 g; Tłuszcz: 73.02 g; Kw. tł. nasy.: 19.07 g; Węglowodany ogółem: 333.58 g; W tym cukry: 54.40 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2571.29 kcal; Białko ogółem: 123.71 g; Tłuszcz: 87.59 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 336.72 g; W tym cukry: 55.92 g; Błonnik pok.: 37.06 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2696.93 kcal; Białko ogółem: 124.64 g; Tłuszcz: 109.53 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 319.80 g; W tym cukry: 65.19 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 8.21 g;

		KRK- JPII 1 Podstawowa	KRK- JPII 1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JPII 2 Łatwo strawna	KRK- JPII 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- JPII 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów/łatwo strawna z ogr. tłuszczów	KRK- JPII 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPII 7 Okontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	KRK- JPII P1 Podstawowa 10-18 lat
2025-12-29 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ketchup 10 g (SEL.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 140 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 25 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 25 g (MLE.) Sałata zielona 5 g				Mandarynka 2 szt
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej () 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE.) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami () 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Racuchy z twarogiem 250 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD				Sok pomidorowy 200 ml				Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (MLE.)
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i papryki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu 80 g (MLE.) Ketchup 10 g (SEL.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i papryki 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Mix салат 20 g
	PN	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt			Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 5 g	Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1866.19 kcal; Białko ogółem: 69.78 g; Tłuszcz: 44.61 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 306.60 g; W tym cukry: 55.12 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 6.89 g;	Wartość energetyczna: 1855.87 kcal; Białko ogółem: 70.94 g; Tłuszcz: 45.23 g; Kw. tł. nasy.: 17.70 g; Węglowodany ogółem: 297.25 g; W tym cukry: 50.10 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 7.45 g;	Wartość energetyczna: 1931.71 kcal; Białko ogółem: 75.23 g; Tłuszcz: 46.53 g; Kw. tł. nasy.: 13.83 g; Węglowodany ogółem: 313.52 g; W tym cukry: 57.03 g; Błonnik pok.: 18.26 g; Sól: 5.04 g;	Wartość energetyczna: 1934.35 kcal; Białko ogółem: 84.26 g; Tłuszcz: 47.57 g; Kw. tł. nasy.: 13.63 g; Węglowodany ogółem: 308.27 g; W tym cukry: 33.46 g; Błonnik pok.: 39.42 g; Sól: 8.82 g;	Wartość energetyczna: 1966.33 kcal; Białko ogółem: 76.55 g; Tłuszcz: 38.81 g; Kw. tł. nasy.: 12.04 g; Węglowodany ogółem: 340.09 g; W tym cukry: 31.63 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sól: 9.45 g;	Wartość energetyczna: 1991.11 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 35.63 g; Kw. tł. nasy.: 11.39 g; Węglowodany ogółem: 348.14 g; W tym cukry: 57.75 g; Błonnik pok.: 19.34 g; Sól: 5.57 g;	Wartość energetyczna: 2065.20 kcal; Białko ogółem: 74.89 g; Tłuszcz: 48.27 g; Kw. tł. nasy.: 14.37 g; Węglowodany ogółem: 343.32 g; W tym cukry: 54.48 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 2337.43 kcal; Białko ogółem: 90.40 g; Tłuszcz: 74.37 g; Kw. tł. nasy.: 29.93 g; Węglowodany ogółem: 340.32 g; W tym cukry: 95.35 g; Błonnik pok.: 23.15 g; Sól: 7.25 g;

	KRK- JPli 1 Podstawowa	KRK- JPli 1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JPli 2 Łatwo strawna	KRK- JPli 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- JPli 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów/łatwo strawna z ogr. tłuszczów	KRK- JPli 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPli 7 Okontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	KRK- JPli P1 Podstawowa 10-18 lat
2025-12-30 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp.,pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ,</u>)	Makaron drobny na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp.,pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ,</u>)	Makaron drobny na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp.,pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp.,pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Makaron drobny na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bulka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp.,pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Makaron drobny na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp.,pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ,</u>)	Makaron drobny na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ,</u>)
	II SN	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)						Jabłko 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Solferino () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE,</u>) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE,</u>)					Galarełka o smaku pomarańczowym 150 g	
	Kolejka	Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami *(()) 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami *(()) 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)	Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami *(()) 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z ryby gotowanej (dorsz) z warzywami () 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ,</u>)
PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5 g	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		
	Wartość energetyczna: 2639.54 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 94.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 347.93 g; W tym cukry: 39.27 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sól: 9.92 g;	Wartość energetyczna: 2608.88 kcal; Białko ogółem: 105.90 g; Tłuszcz: 92.94 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 341.93 g; W tym cukry: 42.07 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 9.11 g;	Wartość energetyczna: 2499.24 kcal; Białko ogółem: 101.46 g; Tłuszcz: 81.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 343.41 g; W tym cukry: 48.60 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2611.02 kcal; Białko ogółem: 115.32 g; Tłuszcz: 99.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 333.52 g; W tym cukry: 36.28 g; Błonnik pok.: 42.12 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2392.42 kcal; Białko ogółem: 98.50 g; Tłuszcz: 75.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.14 g; Węglowodany ogółem: 343.72 g; W tym cukry: 42.09 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2531.04 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 70.67 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 372.26 g; W tym cukry: 49.20 g; Błonnik pok.: 26.44 g; Sól: 6.97 g;	Wartość energetyczna: 2735.38 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 89.49 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 380.85 g; W tym cukry: 42.82 g; Błonnik pok.: 39.14 g; Sól: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2255.10 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 45.93 g; Kw. tł. nasy.: 12.80 g; Węglowodany ogółem: 341.22 g; W tym cukry: 48.13 g; Błonnik pok.: 34.30 g; Sól: 9.61 g;

	KRK- JPII 1 Podstawowa	KRK- JPII 1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JPII 2 Łatwo strawna	KRK- JPII 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- JPII 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów/łatwo strawna z ogr. tłuszczów	KRK- JPII 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPII 7 Okontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	KRK- JPII P1 Podstawowa 10-18 lat	
2025-12-31 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>)	Ryż na mleku 250 ml (<u>MLE</u>) Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>)	
	II SN			Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 5g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 5g			Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</u>)	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatką 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatką 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatką 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany* 100 g
	PD	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)							
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет drobiowy z kurnej półki 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет drobiowy z kurnej półki 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	
PN	Banan 1szt. 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Banan 1szt. 1 szt	Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 5g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 5g	Banan 1szt. 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2469.74 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 65.71 g; Kw. tł. nasy.: 18.31 g; Węglowodany ogółem: 396.16 g; W tym cukry: 132.36 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sól: 5.63 g;	Wartość energetyczna: 2175.78 kcal; Białko ogółem: 91.21 g; Tłuszcz: 64.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.87 g; Węglowodany ogółem: 317.26 g; W tym cukry: 57.47 g; Błonnik pok.: 31.38 g; Sól: 6.33 g;	Wartość energetyczna: 2338.03 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 64.00 g; Kw. tł. nasy.: 14.66 g; Węglowodany ogółem: 364.88 g; W tym cukry: 94.63 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 5.50 g;	Wartość energetyczna: 2175.51 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 63.49 g; Kw. tł. nasy.: 14.61 g; Węglowodany ogółem: 315.85 g; W tym cukry: 45.88 g; Błonnik pok.: 40.76 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2276.22 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 62.23 g; Kw. tł. nasy.: 14.55 g; Węglowodany ogółem: 352.28 g; W tym cukry: 43.91 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2369.83 kcal; Białko ogółem: 99.32 g; Tłuszcz: 52.95 g; Kw. tł. nasy.: 12.20 g; Węglowodany ogółem: 393.73 g; W tym cukry: 95.23 g; Błonnik pok.: 27.30 g; Sól: 5.93 g;	Wartość energetyczna: 2410.64 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 63.92 g; Kw. tł. nasy.: 14.86 g; Węglowodany ogółem: 380.82 g; W tym cukry: 95.95 g; Błonnik pok.: 37.17 g; Sól: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2282.80 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz: 65.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 353.57 g; W tym cukry: 100.56 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sól: 5.97 g;	

2026-01-01 czwartek

	KRK- JPII 1 Podstawowa	KRK- JPII 1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JPII 2 Łatwo strawna	KRK- JPII 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- JPII 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów/łatwo strawna z ogr.tłuszczów	KRK- JPII 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPII 7 Okontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	KRK- JPII P1 Podstawowa 10-18 lat
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)
II SN					Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE.</u>)			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE.</u>)
Obiad	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Dyńa duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g		Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g	Krupnik jęczmienny () 250 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
PD				Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 20 g			Kiwi 1 szt 1 szt
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami* 80 g (<u>SEL.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami* 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>)
PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 5 g	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Wartość energetyczna: 2185.66 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 65.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 314.21 g; W tym cukry: 47.42 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2118.51 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz: 59.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.08 g; Węglowodany ogółem: 307.19 g; W tym cukry: 44.61 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2097.99 kcal; Białko ogółem: 109.77 g; Tłuszcz: 54.25 g; Kw. tł. nasy.: 14.45 g; Węglowodany ogółem: 303.13 g; W tym cukry: 49.94 g; Błonnik pok.: 22.82 g; Sól: 7.68 g;	Wartość energetyczna: 2091.41 kcal; Białko ogółem: 110.54 g; Tłuszcz: 53.31 g; Kw. tł. nasy.: 12.31 g; Węglowodany ogółem: 308.65 g; W tym cukry: 33.34 g; Błonnik pok.: 40.90 g; Sól: 10.52 g;	Wartość energetyczna: 2088.19 kcal; Białko ogółem: 108.22 g; Tłuszcz: 46.26 g; Kw. tł. nasy.: 12.53 g; Węglowodany ogółem: 323.90 g; W tym cukry: 35.08 g; Błonnik pok.: 28.40 g; Sól: 11.55 g;	Wartość energetyczna: 2129.79 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 43.20 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; Węglowodany ogółem: 331.98 g; W tym cukry: 50.54 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sól: 8.11 g;	Wartość energetyczna: 2168.99 kcal; Białko ogółem: 109.86 g; Tłuszcz: 54.02 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 324.56 g; W tym cukry: 47.15 g; Błonnik pok.: 29.27 g; Sól: 10.69 g;	Wartość energetyczna: 2151.57 kcal; Białko ogółem: 101.94 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nasy.: 18.18 g; Węglowodany ogółem: 310.50 g; W tym cukry: 57.95 g; Błonnik pok.: 28.08 g; Sól: 9.58 g;

		KRK- JPII 1 Podstawowa	KRK- JPII 1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JPII 2 Łatwo strawna	KRK- JPII 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- JPII 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów/łatwo strawna z ogr. tłuszczów	KRK- JPII 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPII 7 Okontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	KRK- JPII P1 Podstawowa 10-18 lat
2026-01-02 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomarańcza 150 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomarańcza 150 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)
	II SN					Jabłko 1 szt 1 szt	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Jogurt truskawkowy 150g 1szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Warzywa po grecku (bez cukru) () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c () 100 g Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Warzywa po grecku (bez cukru) () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 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 Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet z ryby (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez cukru) () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD					Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z białek, twarogu z koperkiem 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR,</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g
PN		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 25 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 20 g	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)		
		Wartość energetyczna: 2331.67 kcal; Białko ogółem: 85.17 g; Tłuszcz: 66.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.28 g; Węglowodany ogółem: 364.63 g; W tym cukry: 90.13 g; Błonnik pok.: 33.68 g; Sól: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2169.96 kcal; Białko ogółem: 80.70 g; Tłuszcz: 52.32 g; Kw. tł. nasy.: 15.89 g; Węglowodany ogółem: 357.20 g; W tym cukry: 84.78 g; Błonnik pok.: 31.55 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 2342.58 kcal; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 63.40 g; Kw. tł. nasy.: 16.36 g; Węglowodany ogółem: 359.85 g; W tym cukry: 89.91 g; Błonnik pok.: 28.45 g; Sól: 5.33 g;	Wartość energetyczna: 2037.12 kcal; Białko ogółem: 95.41 g; Tłuszcz: 54.08 g; Kw. tł. nasy.: 12.88 g; Węglowodany ogółem: 313.81 g; W tym cukry: 68.28 g; Błonnik pok.: 42.82 g; Sól: 6.70 g;	Wartość energetyczna: 2044.91 kcal; Białko ogółem: 91.82 g; Tłuszcz: 48.80 g; Kw. tł. nasy.: 13.03 g; Węglowodany ogółem: 324.25 g; W tym cukry: 57.92 g; Błonnik pok.: 30.88 g; Sól: 6.93 g;	Wartość energetyczna: 2401.98 kcal; Białko ogółem: 102.93 g; Tłuszcz: 52.50 g; Kw. tł. nasy.: 13.92 g; Węglowodany ogółem: 394.47 g; W tym cukry: 90.63 g; Błonnik pok.: 29.53 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2417.15 kcal; Białko ogółem: 104.90 g; Tłuszcz: 68.80 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 359.97 g; W tym cukry: 62.17 g; Błonnik pok.: 34.35 g; Sól: 8.23 g;	Wartość energetyczna: 2455.88 kcal; Białko ogółem: 91.01 g; Tłuszcz: 68.92 g; Kw. tł. nasy.: 20.51 g; Węglowodany ogółem: 386.78 g; W tym cukry: 122.55 g; Błonnik pok.: 33.54 g; Sól: 7.21 g;

		KRK- JPII 1 Podstawowa	KRK- JPII 1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JPII 2 Łatwo strawna	KRK- JPII 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- JPII 6/3 Z ogr.łatwo przys węglowodanów/łatwo strawna z ogr.tłuszczów	KRK- JPII 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPII 7 Okontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	KRK- JPII P1 Podstawowa 10-18 lat	
2026-01-03 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Bulka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka krusza z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Sałata zielona 20 g	
	II SN					Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)				Niespodzianka 1 szt
	Obiad	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Gulasz z żóładków drobiowych() 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Gulasz z żóładków drobiowych() 150 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml		Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD					Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)				Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)
	Kolejca	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Sałatka z ryżu i brokułów 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ketchup 10 g (<u>SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Sałatka z ryżu i brokułów 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Sałatka z ryżu i brokułów 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Sałatka z ryżu i brokułów 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>)	
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 5 g	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomarańczowy 0,2l-kartonik 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2069.52 kcal; Białko ogółem: 94.86 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 306.92 g; W tym cukry: 39.49 g; Błonnik pok.: 28.43 g; Sól: 11.28 g;	Wartość energetyczna: 1938.80 kcal; Białko ogółem: 92.56 g; Tłuszcz: 51.53 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 294.42 g; W tym cukry: 38.17 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2118.08 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 61.39 g; Kw. tł. nasy.: 14.56 g; Węglowodany ogółem: 313.75 g; W tym cukry: 43.47 g; Błonnik pok.: 27.07 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 1986.38 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 51.27 g; Kw. tł. nasy.: 11.96 g; Węglowodany ogółem: 304.89 g; W tym cukry: 42.61 g; Błonnik pok.: 34.07 g; Sól: 9.20 g;	Wartość energetyczna: 2040.46 kcal; Białko ogółem: 95.04 g; Tłuszcz: 46.51 g; Kw. tł. nasy.: 11.70 g; Węglowodany ogółem: 331.73 g; W tym cukry: 42.49 g; Błonnik pok.: 29.47 g; Sól: 9.02 g;	Wartość energetyczna: 2088.32 kcal; Białko ogółem: 102.95 g; Tłuszcz: 45.63 g; Kw. tł. nasy.: 11.72 g; Węglowodany ogółem: 338.40 g; W tym cukry: 45.08 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2267.60 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 65.97 g; Kw. tł. nasy.: 15.09 g; Węglowodany ogółem: 343.76 g; W tym cukry: 40.50 g; Błonnik pok.: 31.46 g; Sól: 12.44 g;	Wartość energetyczna: 2097.84 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 55.82 g; Kw. tł. nasy.: 17.38 g; Węglowodany ogółem: 323.62 g; W tym cukry: 70.88 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 9.21 g;		

	KRK- JPli 1 Podstawowa	KRK- JPli 1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JPli 2 Łatwo strawna	KRK- JPli 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- JPli 6/3 Z ogr.łatwo przysw. węglowodanów/łatwo strawna z ogr.tłuszczów	KRK- JPli 3 Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPli 7 Okontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	KRK- JPli P1 Podstawowa 10-18 lat	
2026-01-04 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59%tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59%tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziolami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kakao/p b/c 250 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 20 g	
	II ŚN			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 0,5 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Twarog półtłusty 25g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	
	PD				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml				Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Kolejka	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59%tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Ketchup 10 g (<u>SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59%tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 140 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59%tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59%tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	
PN	Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 20 g	Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g			
	Wartość energetyczna: 2230.24 kcal; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 71.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 312.31 g; W tym cukry: 52.06 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2138.00 kcal; Białko ogółem: 95.49 g; Tłuszcz: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.48 g; Węglowodany ogółem: 301.72 g; W tym cukry: 47.78 g; Błonnik pok.: 24.34 g; Sól: 9.29 g;	Wartość energetyczna: 1992.11 kcal; Białko ogółem: 103.73 g; Tłuszcz: 48.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.41 g; Węglowodany ogółem: 296.72 g; W tym cukry: 52.96 g; Błonnik pok.: 21.50 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 2026.53 kcal; Białko ogółem: 111.45 g; Tłuszcz: 47.16 g; Kw. tł. nasy.: 12.17 g; Węglowodany ogółem: 308.38 g; W tym cukry: 38.68 g; Błonnik pok.: 36.77 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2078.58 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 41.96 g; Kw. tł. nasy.: 11.92 g; Węglowodany ogółem: 334.62 g; W tym cukry: 36.64 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 9.90 g;	Wartość energetyczna: 2051.51 kcal; Białko ogółem: 109.07 g; Tłuszcz: 37.17 g; Kw. tł. nasy.: 10.97 g; Węglowodany ogółem: 331.34 g; W tym cukry: 53.68 g; Błonnik pok.: 22.58 g; Sól: 6.85 g;	Wartość energetyczna: 2157.96 kcal; Białko ogółem: 102.86 g; Tłuszcz: 51.61 g; Kw. tł. nasy.: 13.88 g; Węglowodany ogółem: 333.38 g; W tym cukry: 52.53 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2199.38 kcal; Białko ogółem: 95.25 g; Tłuszcz: 58.98 g; Kw. tł. nasy.: 16.45 g; Węglowodany ogółem: 332.08 g; W tym cukry: 54.04 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sól: 7.43 g;	

		KRK- JP11 14 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 12 Papkowata	KRK- JP11 Biegunkowa	KRK- JP11 Pobiegunkowa	KRK- JP11 P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat	KRK- JP11 P1 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 WE Wegetariańska	KRK- JP11 WTO (Wodorowy Test Oddechowy)
2025-12-22 poniedziałek	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynekowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynekowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 150 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>) Szynekowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 180 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z fasoli 80 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g		Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Sonda Ob- dyniowa z ziemniakami JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Papka Ob- dyniowa z ziemniakami JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 50 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	Dyniowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bukiet jarzyn oprószone z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 180 ml	Dyniowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Surówka z kapusty białej z olejem () 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PD			Biszkoty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)			
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Wafle ryżowe 30 g		Banan 1szt. 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2276.83 kcal; Białko ogółem: 142.98 g; Tłuszcz: 90.95 g; Kw. tł. nasy.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 234.16 g; W tym cukry: 65.74 g; Błonnik pok.: 32.79 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 2228.01 kcal; Białko ogółem: 134.71 g; Tłuszcz: 85.63 g; Kw. tł. nasy.: 37.00 g; Węglowodany ogółem: 240.00 g; W tym cukry: 57.78 g; Błonnik pok.: 26.53 g; Sól: 3.19 g;	Wartość energetyczna: 1354.90 kcal; Białko ogółem: 32.29 g; Tłuszcz: 22.61 g; Kw. tł. nasy.: 4.67 g; Węglowodany ogółem: 260.61 g; W tym cukry: 5.41 g; Błonnik pok.: 11.56 g; Sól: 2.64 g;	Wartość energetyczna: 1695.54 kcal; Białko ogółem: 89.75 g; Tłuszcz: 28.37 g; Kw. tł. nasy.: 5.69 g; Węglowodany ogółem: 280.28 g; W tym cukry: 17.30 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 1510.63 kcal; Białko ogółem: 63.18 g; Tłuszcz: 42.86 g; Kw. tł. nasy.: 12.10 g; Węglowodany ogółem: 224.34 g; W tym cukry: 93.42 g; Błonnik pok.: 15.48 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2100.14 kcal; Białko ogółem: 88.90 g; Tłuszcz: 55.86 g; Kw. tł. nasy.: 17.88 g; Węglowodany ogółem: 322.13 g; W tym cukry: 104.37 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 2229.90 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 53.31 g; Kw. tł. nasy.: 13.91 g; Węglowodany ogółem: 369.16 g; W tym cukry: 84.03 g; Błonnik pok.: 40.18 g; Sól: 6.32 g;	Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.67 g; Tłuszcz: 19.97 g; Kw. tł. nasy.: 3.03 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 0.48 g; Błonnik pok.: 5.76 g; Sól: 2.13 g;

		KRK- JP11 14 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 12 Papkowata	KRK- JP11 Biegunkowa	KRK- JP11 Pobiegunkowa	KRK- JP11 P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat	KRK- JP11 P1 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 WE Wegetariańska	KRK- JP11 WTO (Wodorowy Test Oddechowy)
2025-12-23 wtorek	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 20 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Zacierka na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Roszponka 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 180 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g		Jabłko 1 szt 1 szt			
	Obiad	Sonda Ob- brokułowa z ziemniakami JP11 () 800 ml (<u>SEL</u>)	Papka Ob- brokułowa z ziemniakami JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	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	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 100 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki oprószone () 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 150 ml Marchew gotowana z olejem () 50 g	Brokułowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 180 ml Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL</u>)	Ogórkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Gulasz warzywny z ciecierzą * 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Surówka z marchwi i selera () 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Buraczki oprószone () 100 g (<u>GLU PSZ</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PD			Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml			
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Wafle ryżowe 30 g		Sok wielooowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2140.37 kcal; Białko ogółem: 136.89 g; Tłuszcz: 89.80 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 211.70 g; W tym cukry: 64.22 g; Błonnik pok.: 35.00 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2148.17 kcal; Białko ogółem: 130.86 g; Tłuszcz: 84.89 g; Kw. tł. nasy.: 36.81 g; Węglowodany ogółem: 226.88 g; W tym cukry: 57.65 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sól: 3.23 g;	Wartość energetyczna: 1371.87 kcal; Białko ogółem: 32.73 g; Tłuszcz: 22.80 g; Kw. tł. nasy.: 4.17 g; Węglowodany ogółem: 264.12 g; W tym cukry: 5.33 g; Błonnik pok.: 11.85 g; Sól: 2.72 g;	Wartość energetyczna: 1725.92 kcal; Białko ogółem: 88.99 g; Tłuszcz: 30.78 g; Kw. tł. nasy.: 5.60 g; Węglowodany ogółem: 282.92 g; W tym cukry: 16.71 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 6.57 g;	Wartość energetyczna: 1310.22 kcal; Białko ogółem: 58.95 g; Tłuszcz: 38.43 g; Kw. tł. nasy.: 10.86 g; Węglowodany ogółem: 189.03 g; W tym cukry: 47.16 g; Błonnik pok.: 14.53 g; Sól: 2.76 g;	Wartość energetyczna: 2086.20 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 49.10 g; Kw. tł. nasy.: 17.75 g; Węglowodany ogółem: 331.48 g; W tym cukry: 63.31 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 1807.72 kcal; Białko ogółem: 79.92 g; Tłuszcz: 51.10 g; Kw. tł. nasy.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 270.14 g; W tym cukry: 53.66 g; Błonnik pok.: 33.96 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.67 g; Tłuszcz: 19.97 g; Kw. tł. nasy.: 3.03 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 0.48 g; Błonnik pok.: 5.76 g; Sól: 2.13 g;

		KRK- JP11 14 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 12 Papkowata	KRK- JP11 Biegunkowa	KRK- JP11 Pobiegunkowa	KRK- JP11 P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat	KRK- JP11 P1 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 WE Wegetariańska	KRK- JP11 WTO (Wodorowy Test Oddechowy)
2025-12-24 środa	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 150 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g		Galaretka o smaku cytrynowym 150 g			
	Obiad	Sonda Ob- jarzynowa z ziemniakami JP11 () 800 ml (<u>SEL</u>)	Papka Ob- jarzynowa z ziemniakami JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kalaflor gotowany* 200 g Kompotowocowy* b/c 180 ml	Jarzynowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kalaflor gotowany* 100 g Surówka z marchwi b/c () 100 g (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PD			Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt			
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Ryba pieczona (Dorsz) 90 g (<u>RYB</u>) Warzywa po grecku () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Barszcz czerwony z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Chalka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Pierogi ukraińskie * 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem () 100 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Wafle ryżowe 30 g		Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2</u>)			
		Wartość energetyczna: 2114.60 kcal; Białko ogółem: 134.49 g; Tłuszcz: 89.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 207.53 g; W tym cukry: 62.35 g; Błonnik pok.: 32.96 g; Sól: 3.57 g;	Wartość energetyczna: 2133.49 kcal; Białko ogółem: 127.96 g; Tłuszcz: 84.76 g; Kw. tł. nasy.: 36.79 g; Węglowodany ogółem: 226.49 g; W tym cukry: 56.98 g; Błonnik pok.: 26.11 g; Sól: 3.22 g;	Wartość energetyczna: 1354.95 kcal; Białko ogółem: 32.31 g; Tłuszcz: 22.61 g; Kw. tł. nasy.: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 260.60 g; W tym cukry: 5.03 g; Błonnik pok.: 11.56 g; Sól: 2.64 g;	Wartość energetyczna: 1732.40 kcal; Białko ogółem: 89.20 g; Tłuszcz: 32.11 g; Kw. tł. nasy.: 6.41 g; Węglowodany ogółem: 281.52 g; W tym cukry: 18.04 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 5.99 g;	Wartość energetyczna: 1648.35 kcal; Białko ogółem: 74.97 g; Tłuszcz: 39.24 g; Kw. tł. nasy.: 11.63 g; Węglowodany ogółem: 257.21 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 17.18 g; Sól: 2.98 g;	Wartość energetyczna: 2196.94 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 46.22 g; Kw. tł. nasy.: 15.80 g; Węglowodany ogółem: 358.88 g; W tym cukry: 79.51 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sól: 4.96 g;	Wartość energetyczna: 2396.42 kcal; Białko ogółem: 87.01 g; Tłuszcz: 60.72 g; Kw. tł. nasy.: 19.91 g; Węglowodany ogółem: 385.69 g; W tym cukry: 36.98 g; Błonnik pok.: 37.60 g; Sól: 7.19 g;	Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.67 g; Tłuszcz: 19.97 g; Kw. tł. nasy.: 3.03 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 0.48 g; Błonnik pok.: 5.76 g; Sól: 2.13 g;

		KRK- JP11 14 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 12 Papkowata	KRK- JP11 Biegunkowa	KRK- JP11 Pobiegunkowa	KRK- JP11 P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat	KRK- JP11 P1 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 WE Wegetariańska	KRK- JP11 WTO (Wodorowy Test Oddechowy)
2025-12-25 czwartek	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>)	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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g	Płatki pszenne na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 180 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus 80 g (<u>SEZ</u>) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Sonda Ob- ziemniaczana JP11 () 800 ml (<u>SEL</u>)	Papka Ob- ziemniaczana JP11 () 800 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>)	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g 250 ml Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryżowa () 400 ml (<u>MLE, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ziemniaczana () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Budyń z wiązownicy 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompotowocowy* b/c 150 ml Seler z marchewką gotowany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Ziemniaczana () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Budyń z wiązownicy 150 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kompotowocowy* b/c 180 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g Seler z marchewką gotowany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Barszcz biały z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u>) Kotlet z jaj 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Śurówka z kapusty pekińskiej z olejem () 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PD			Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Mandarynka 150 g			
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 50 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 15 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Sałatka jarzynowa - dieta () 80 g (<u>MLE, SEL</u>) Sałata zielona 20 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Sałatka jarzynowa () 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 20 g Babka piaskowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, OZI</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Wafle ryżowe 30 g		Sok wielooowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2199.67 kcal; Białko ogółem: 136.34 g; Tłuszcz: 89.53 g; Kw. tł. nasy.: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 227.57 g; W tym cukry: 62.65 g; Błonnik pok.: 34.52 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2023.79 kcal; Białko ogółem: 127.05 g; Tłuszcz: 84.41 g; Kw. tł. nasy.: 36.75 g; Węglowodany ogółem: 199.76 g; W tym cukry: 56.85 g; Błonnik pok.: 26.12 g; Sól: 3.22 g;	Wartość energetyczna: 1371.87 kcal; Białko ogółem: 32.73 g; Tłuszcz: 22.80 g; Kw. tł. nasy.: 4.17 g; Węglowodany ogółem: 264.12 g; W tym cukry: 5.33 g; Błonnik pok.: 11.85 g; Sól: 2.72 g;	Wartość energetyczna: 1749.32 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 32.30 g; Kw. tł. nasy.: 6.44 g; Węglowodany ogółem: 285.04 g; W tym cukry: 18.33 g; Błonnik pok.: 20.61 g; Sól: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 1670.99 kcal; Białko ogółem: 75.07 g; Tłuszcz: 50.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.17 g; Węglowodany ogółem: 243.20 g; W tym cukry: 54.46 g; Błonnik pok.: 19.11 g; Sól: 4.48 g;	Wartość energetyczna: 2288.73 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 63.19 g; Kw. tł. nasy.: 21.24 g; Węglowodany ogółem: 352.09 g; W tym cukry: 63.24 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sól: 7.80 g;	Wartość energetyczna: 2649.37 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz: 101.92 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 355.27 g; W tym cukry: 37.42 g; Błonnik pok.: 34.28 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.67 g; Tłuszcz: 19.97 g; Kw. tł. nasy.: 3.03 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 0.48 g; Błonnik pok.: 5.76 g; Sól: 2.13 g;

		KRK- JP11 14 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 12 Papkowata	KRK- JP11 Biegunkowa	KRK- JP11 Pobiegunkowa	KRK- JP11 P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat	KRK- JP11 P1 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 WE Wegetariańska	KRK- JP11 WTO (Wodorowy Test Oddechowy)
2025-12-26 piątek	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<u>MLE</u>) Kakao/p b/c 150 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<u>MLE</u>) Kakao/p b/c 180 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>) Kawa z mlekiem/p b/c 250 g (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECCZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 20 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN				Chrupki kukurydziane 20 g	Jogurt owoce leśne 100g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Sonda Ob- pomidorowa z ryżem JP11 () 800 ml (<u>SEL</u>)	Papka Ob- pomidorowa z ryżem JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 90 g Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem () 150 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos bazyliowy () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kalafior gotowany* 50 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	Pomidorowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos bazyliowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kalafior gotowany* 100 g Kompotowocowy* b/c 180 ml	Pomidorowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Kotlety sojowe 100 g (<u>SOJ</u>) Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Kalafior gotowany* 100 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PD				Biskvity b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)				
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 60 g	Babka piaskowa z kakao 50 g (<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 smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 25 g Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Babka piaskowa z kakao 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Babka piaskowa z kakao 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek ze słonecznikiem 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Wafle ryżowe 30 g		Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		Wartość energetyczna: 1995.01 kcal; Białko ogółem: 132.15 g; Tłuszcz: 89.60 g; Kw. tł. nasy.: 35.66 g; Węglowodany ogółem: 177.68 g; W tym cukry: 63.35 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 2048.73 kcal; Białko ogółem: 128.22 g; Tłuszcz: 84.81 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 203.26 g; W tym cukry: 57.57 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 3.20 g;	Wartość energetyczna: 1354.95 kcal; Białko ogółem: 32.31 g; Tłuszcz: 22.61 g; Kw. tł. nasy.: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 260.60 g; W tym cukry: 5.03 g; Błonnik pok.: 11.56 g; Sól: 2.64 g;	Wartość energetyczna: 1719.64 kcal; Białko ogółem: 79.14 g; Tłuszcz: 34.82 g; Kw. tł. nasy.: 6.90 g; Węglowodany ogółem: 282.31 g; W tym cukry: 16.92 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 7.54 g;	Wartość energetyczna: 1486.92 kcal; Białko ogółem: 54.48 g; Tłuszcz: 55.46 g; Kw. tł. nasy.: 11.35 g; Węglowodany ogółem: 196.54 g; W tym cukry: 21.26 g; Błonnik pok.: 11.18 g; Sól: 3.70 g;	Wartość energetyczna: 2036.24 kcal; Białko ogółem: 77.45 g; Tłuszcz: 63.98 g; Kw. tł. nasy.: 16.64 g; Węglowodany ogółem: 296.24 g; W tym cukry: 29.57 g; Błonnik pok.: 20.56 g; Sól: 6.39 g;	Wartość energetyczna: 2253.58 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 73.43 g; Kw. tł. nasy.: 23.82 g; Węglowodany ogółem: 309.85 g; W tym cukry: 30.24 g; Błonnik pok.: 33.21 g; Sól: 6.58 g;	Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.67 g; Tłuszcz: 19.97 g; Kw. tł. nasy.: 3.03 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 0.48 g; Błonnik pok.: 5.76 g; Sól: 2.13 g;

	KRK- JP11 14 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 12 Papkowata	KRK- JP11 Biegunkowa	KRK- JP11 Pobiegunkowa	KRK- JP11 P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat	KRK- JP11 P1 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 WE Wegetariańska	KRK- JP11 WTO (Wodorowy Test Oddechowy)
Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp.pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>)	Makaron na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka pieczona, łopátka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g	Makaron na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 180 ml (<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 pieczona, łopátka wieprzowa wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego z dodatkiem wody 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z soczewicy czarwonej 80 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g		Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u>)			
Obiad	Sonda Ob- ziemniaczana JP11 () 800 ml (<u>SEL</u>)	Papka Ob- ziemniaczana JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 200 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 30 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	Koperkowa z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami*() 250 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompotowocowy* b/c 180 ml	Koperkowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kaszotto jęczmienne z warzywami wegetariańskie* 350 g (<u>SEL, GLU JECZ</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PD			Biszkoty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)			
Kolejacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 70 g (<u>SOJ, SEL</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Parówki cieszynki- węd. wp. homog. wędz. parz 70 g (<u>SOJ, SEL</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z czarnuszką 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Wafle ryżowe 30 g		Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2114.60 kcal; Białko ogółem: 134.49 g; Tłuszcz: 89.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.60 g; Węglowodany ogółem: 207.53 g; W tym cukry: 62.35 g; Błonnik pok.: 32.96 g; Sól: 3.57 g;	Wartość energetyczna: 2138.89 kcal; Białko ogółem: 130.00 g; Tłuszcz: 84.76 g; Kw. tł. nasy.: 36.79 g; Węglowodany ogółem: 225.38 g; W tym cukry: 56.98 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sól: 3.22 g;	Wartość energetyczna: 1354.95 kcal; Białko ogółem: 32.31 g; Tłuszcz: 22.61 g; Kw. tł. nasy.: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 260.60 g; W tym cukry: 5.03 g; Błonnik pok.: 11.56 g; Sól: 2.64 g;	Wartość energetyczna: 1971.79 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 58.09 g; Kw. tł. nasy.: 14.84 g; Węglowodany ogółem: 284.17 g; W tym cukry: 17.71 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 1385.48 kcal; Białko ogółem: 51.23 g; Tłuszcz: 59.34 g; Kw. tł. nasy.: 16.71 g; Węglowodany ogółem: 168.94 g; W tym cukry: 53.01 g; Błonnik pok.: 13.78 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 1826.07 kcal; Białko ogółem: 64.75 g; Tłuszcz: 68.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.00 g; Węglowodany ogółem: 248.21 g; W tym cukry: 61.81 g; Błonnik pok.: 21.83 g; Sól: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2066.42 kcal; Białko ogółem: 77.57 g; Tłuszcz: 53.66 g; Kw. tł. nasy.: 13.31 g; Węglowodany ogółem: 333.80 g; W tym cukry: 55.17 g; Błonnik pok.: 30.87 g; Sól: 7.31 g;	Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.67 g; Tłuszcz: 19.97 g; Kw. tł. nasy.: 3.03 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 0.48 g; Błonnik pok.: 5.76 g; Sól: 2.13 g;

		KRK- JP11 14 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 12 Papkowata	KRK- JP11 Biegunkowa	KRK- JP11 Pobiegunkowa	KRK- JP11 P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat	KRK- JP11 P1 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 WE Wegetariańska	KRK- JP11 WTO (Wodorowy Test Oddechowy)
2025-12-28 niedziela	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 180 ml (<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 Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 20 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Chrupki kukurydziane 20 g			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)				
	Obiad	Sonda Ob- szpinakowa z zacierką JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>)	Papka Ob- szpinakowa z zacierką JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *() 150 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Dramstik z kurczaka gotowany 200 g Sos jarzynowy () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	Krem z zielonych warzyw *() 250 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Dramstik z kurczaka gotowany 200 g Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 180 ml	Krem z zielonych warzyw *() 350 ml (<u>SEL</u>) Kotlety gryczane z cebulką i twarogiem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos jarzynowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PD	Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)			Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml				
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</u>) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Salata zielona 20 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Wafle ryżowe 30 g				
		Wartość energetyczna: 2275.93 kcal; Białko ogółem: 144.53 g; Tłuszcz: 92.19 g; Kw. tł. nasy.: 36.20 g; Węglowodany ogółem: 231.12 g; W tym cukry: 62.33 g; Błonnik pok.: 32.31 g; Sól: 3.60 g;	Wartość energetyczna: 2235.69 kcal; Białko ogółem: 136.02 g; Tłuszcz: 86.41 g; Kw. tł. nasy.: 37.15 g; Węglowodany ogółem: 239.53 g; W tym cukry: 56.96 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sól: 3.24 g;	Wartość energetyczna: 1354.95 kcal; Białko ogółem: 32.31 g; Tłuszcz: 22.61 g; Kw. tł. nasy.: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 260.60 g; W tym cukry: 5.03 g; Błonnik pok.: 11.56 g; Sól: 2.64 g;	Wartość energetyczna: 1695.74 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz: 29.54 g; Kw. tł. nasy.: 5.37 g; Węglowodany ogółem: 280.27 g; W tym cukry: 16.92 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 6.73 g;	Wartość energetyczna: 1556.57 kcal; Białko ogółem: 83.38 g; Tłuszcz: 58.96 g; Kw. tł. nasy.: 16.13 g; Węglowodany ogółem: 181.11 g; W tym cukry: 47.73 g; Błonnik pok.: 16.39 g; Sól: 3.25 g;	Wartość energetyczna: 2155.78 kcal; Białko ogółem: 108.07 g; Tłuszcz: 71.54 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 283.67 g; W tym cukry: 57.42 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 2395.42 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 86.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 326.65 g; W tym cukry: 57.35 g; Błonnik pok.: 40.36 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.67 g; Tłuszcz: 19.97 g; Kw. tł. nasy.: 3.03 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 0.48 g; Błonnik pok.: 5.76 g; Sól: 2.13 g;

		KRK- JP11 14 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 12 Papkowata	KRK- JP11 Biegunkowa	KRK- JP11 Pobiegunkowa	KRK- JP11 P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat	KRK- JP11 P1 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 WE Wegetariańska	KRK- JP11 WTO (Wodorowy Test Oddechowy)
2025-12-29 poniedziałek	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Płatki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Płatki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 180 ml (<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	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ser żółty 20 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g		Jabłko 1 szt 1 szt	Mandarynka 2 szt		
	Obiad	Sonda Ob- wielowarzynna z ziemniakami JP11 () 800 ml (<u>SEL</u>)	Papka Ob- wielowarzynna z ziemniakami JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE, SEL</u>)	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 100 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 50 g (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* b/c 150 ml	Wielowarzynna z ziemniakami () 250 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>) Kompotowocowy* b/c 180 ml	Kapuśniak z kapusty kiszanej () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PD			Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)			
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ JAJ, MLE, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 20 g Mix salat 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix salat 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i papryki 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Mix salat 20 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzynny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Wafle ryżowe 30 g		Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2133.93 kcal; Białko ogółem: 136.29 g; Tłuszcz: 89.71 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 210.66 g; W tym cukry: 63.75 g; Błonnik pok.: 34.49 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2150.49 kcal; Białko ogółem: 131.08 g; Tłuszcz: 84.92 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 227.26 g; W tym cukry: 57.82 g; Błonnik pok.: 28.20 g; Sól: 3.23 g;	Wartość energetyczna: 1354.95 kcal; Białko ogółem: 32.31 g; Tłuszcz: 22.61 g; Kw. tł. nasy.: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 260.60 g; W tym cukry: 5.03 g; Błonnik pok.: 11.56 g; Sól: 2.64 g;	Wartość energetyczna: 1682.48 kcal; Białko ogółem: 85.59 g; Tłuszcz: 28.50 g; Kw. tł. nasy.: 5.16 g; Węglowodany ogółem: 281.14 g; W tym cukry: 17.42 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 6.96 g;	Wartość energetyczna: 1152.29 kcal; Białko ogółem: 37.15 g; Tłuszcz: 32.18 g; Kw. tł. nasy.: 12.85 g; Węglowodany ogółem: 166.46 g; W tym cukry: 62.05 g; Błonnik pok.: 13.11 g; Sól: 3.05 g;	Wartość energetyczna: 1826.20 kcal; Białko ogółem: 66.14 g; Tłuszcz: 49.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 291.09 g; W tym cukry: 75.17 g; Błonnik pok.: 20.85 g; Sól: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 1928.57 kcal; Białko ogółem: 70.01 g; Tłuszcz: 51.55 g; Kw. tł. nasy.: 17.91 g; Węglowodany ogółem: 306.62 g; W tym cukry: 54.55 g; Błonnik pok.: 27.70 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.67 g; Tłuszcz: 19.97 g; Kw. tł. nasy.: 3.03 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 0.48 g; Błonnik pok.: 5.76 g; Sól: 2.13 g;

		KRK- JP11 14 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 12 Papkowata	KRK- JP11 Biegunkowa	KRK- JP11 Pobiegunkowa	KRK- JP11 P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat	KRK- JP11 P1 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 WE Wegetariańska	KRK- JP11 WTO (Wodorowy Test Oddechowy)
2025-12-30 wtorek	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>)	Makaron drobny na mleku/p 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 20 g	Makaron drobny na mleku/p 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 180 ml (<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>) Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g	Makaron drobny na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus zielony z ciemnyrczy 80 g Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g		Jabłko 150 g			
	Obiad	Sonda Ob- solferino JP11 () 800 ml (<u>SEL</u>)	Papka Ob- solferino JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłko prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Solferino () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 50 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	Solferino () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Buraczki gotowane () 100 g Kompotowocowy* b/c 180 ml	Grochowa z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Krokiety ziemniaczane () 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 100 g (<u>MLE</u>) Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PD			Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Galelretka o smaku pomarańczowym 150 g			
	Kolejacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 60 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 30 g Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Wafle ryżowe 30 g		Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)			
		Wartość energetyczna: 2172.73 kcal; Białko ogółem: 138.53 g; Tłuszcz: 90.31 g; Kw. tł. nasy.: 35.74 g; Węglowodany ogółem: 217.34 g; W tym cukry: 69.19 g; Błonnik pok.: 35.61 g; Sól: 3.61 g;	Wartość energetyczna: 2173.77 kcal; Białko ogółem: 132.42 g; Tłuszcz: 85.28 g; Kw. tł. nasy.: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 231.27 g; W tym cukry: 61.08 g; Błonnik pok.: 28.87 g; Sól: 3.25 g;	Wartość energetyczna: 1354.95 kcal; Białko ogółem: 32.31 g; Tłuszcz: 22.61 g; Kw. tł. nasy.: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 260.60 g; W tym cukry: 5.03 g; Błonnik pok.: 11.56 g; Sól: 2.64 g;	Wartość energetyczna: 1698.03 kcal; Białko ogółem: 88.08 g; Tłuszcz: 28.64 g; Kw. tł. nasy.: 5.37 g; Węglowodany ogółem: 281.43 g; W tym cukry: 16.42 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 1287.88 kcal; Białko ogółem: 58.17 g; Tłuszcz: 29.17 g; Kw. tł. nasy.: 5.75 g; Węglowodany ogółem: 196.57 g; W tym cukry: 35.18 g; Błonnik pok.: 14.03 g; Sól: 3.97 g;	Wartość energetyczna: 1882.58 kcal; Białko ogółem: 79.15 g; Tłuszcz: 37.82 g; Kw. tł. nasy.: 10.99 g; Węglowodany ogółem: 309.01 g; W tym cukry: 47.36 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sól: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2416.34 kcal; Białko ogółem: 90.55 g; Tłuszcz: 61.63 g; Kw. tł. nasy.: 11.88 g; Węglowodany ogółem: 383.11 g; W tym cukry: 40.52 g; Błonnik pok.: 38.38 g; Sól: 7.11 g;	Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.67 g; Tłuszcz: 19.97 g; Kw. tł. nasy.: 3.03 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 0.48 g; Błonnik pok.: 5.76 g; Sól: 2.13 g;

		KRK- JP11 14 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 12 Papkowata	KRK- JP11 Biegunkowa	KRK- JP11 Pobiegunkowa	KRK- JP11 P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat	KRK- JP11 P1 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 WE Wegetariańska	KRK- JP11 WTO (Wodorowy Test Oddechowy)
2025-12-31 środa	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Necówka-wędlina średnio rozdrobniona, wp. pieczona 60 g (<u>GLU PSZ, może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>)	Ryż na mleku 150 ml (<u>MLE</u>) Kakao/p b/c 150 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo o smaku wanilinowym 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ryż na mleku 150 ml (<u>MLE</u>) Kakao/p b/c 180 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo o smaku wanilinowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g		Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ</u>)			
	Obiad	Sonda Ob- barszcz czerwony z ziemniakami JP11 () 800 ml (<u>SEL</u>)	Papka Ob- barszcz czerwony z ziemniakami JP11 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 50 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos mięsno warzywny () (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompotowocowy* b/c 180 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Łazanki z kapustą kiszoną i pieczarkami 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany* 150 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PD			Biskvoty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata lodowa 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek śmietankowy naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g		Banan 1szt. 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2142.60 kcal; Białko ogółem: 135.69 g; Tłuszcz: 89.51 g; Kw. tł. nasy.: 35.61 g; Węglowodany ogółem: 213.86 g; W tym cukry: 66.95 g; Błonnik pok.: 34.43 g; Sól: 3.67 g;	Wartość energetyczna: 2101.48 kcal; Białko ogółem: 129.16 g; Tłuszcz: 84.61 g; Kw. tł. nasy.: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 215.92 g; W tym cukry: 57.30 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sól: 3.14 g;	Wartość energetyczna: 1312.95 kcal; Białko ogółem: 31.44 g; Tłuszcz: 22.17 g; Kw. tł. nasy.: 4.03 g; Węglowodany ogółem: 251.92 g; W tym cukry: 4.61 g; Błonnik pok.: 10.57 g; Sól: 2.69 g;	Wartość energetyczna: 1933.53 kcal; Białko ogółem: 86.88 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nasy.: 15.85 g; Węglowodany ogółem: 274.62 g; W tym cukry: 16.79 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 1541.97 kcal; Białko ogółem: 57.96 g; Tłuszcz: 47.89 g; Kw. tł. nasy.: 11.84 g; Węglowodany ogółem: 226.97 g; W tym cukry: 81.85 g; Błonnik pok.: 17.30 g; Sól: 2.71 g;	Wartość energetyczna: 1873.72 kcal; Białko ogółem: 72.04 g; Tłuszcz: 52.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 287.21 g; W tym cukry: 89.91 g; Błonnik pok.: 23.21 g; Sól: 4.18 g;	Wartość energetyczna: 2206.96 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 360.17 g; W tym cukry: 94.55 g; Błonnik pok.: 33.38 g; Sól: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.67 g; Tłuszcz: 19.97 g; Kw. tł. nasy.: 3.03 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 0.48 g; Błonnik pok.: 5.76 g; Sól: 2.13 g;

2026-01-01 czwartek

Śniadanie		Obiad		PD		Kolacja		PN	
KRK- JP11 14 Płynna wzmocniona		KRK- JP11 12 Papkowata		KRK- JP11 Biegunkowa		KRK- JP11 Pobiegunkowa		KRK- JP11 P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat	
KRK- JP11 P1 Podstawowa 4-9 lat		KRK- JP11 WE Wegetariańska		KRK- JP11 WTO (Wodorowy Test Oddechowy)					
Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g		Platki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Kakao/p b/c 150 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	
Platki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU OW</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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g		Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)		Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
Chrupki kukurydziane 20 g		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)							
Sonda Ob- ryżowa JP11 () 800 ml (<u>SEL</u>)		Papka Ob- ryżowa JP11 () 800 ml (<u>JAJ, MLE, SEL</u>)		Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Krupnik jęczmienny () 150 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazylkowy () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	
Krupnik jęczmienny () 250 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazylkowy () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 180 ml Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g		Krupnik jęczmienny () 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ</u>) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 300 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml		Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
Biszkoty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Kiwi 1 szt 1 szt							
Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)		Papka Kol 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</u>) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g		Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)	
Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami* 80 g (<u>SEL</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>)		Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml							
Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Wafle ryżowe 30 g		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>)					
Wartość energetyczna: 2109.68 kcal; Białko ogółem: 134.19 g; Tłuszcz: 89.55 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 205.52 g; W tym cukry: 61.98 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 3.55 g;		Wartość energetyczna: 1978.84 kcal; Białko ogółem: 125.61 g; Tłuszcz: 84.28 g; Kw. tł. nasy.: 36.74 g; Węglowodany ogółem: 188.30 g; W tym cukry: 54.28 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sól: 3.06 g;		Wartość energetyczna: 1354.95 kcal; Białko ogółem: 32.31 g; Tłuszcz: 22.61 g; Kw. tł. nasy.: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 260.60 g; W tym cukry: 5.03 g; Błonnik pok.: 11.56 g; Sól: 2.64 g;		Wartość energetyczna: 1695.74 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz: 29.54 g; Kw. tł. nasy.: 5.37 g; Węglowodany ogółem: 280.27 g; W tym cukry: 16.92 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 6.73 g;		Wartość energetyczna: 1258.32 kcal; Białko ogółem: 72.06 g; Tłuszcz: 32.22 g; Kw. tł. nasy.: 9.48 g; Węglowodany ogółem: 174.53 g; W tym cukry: 41.76 g; Błonnik pok.: 13.11 g; Sól: 4.06 g;	
Wartość energetyczna: 1681.97 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 41.43 g; Kw. tł. nasy.: 14.95 g; Węglowodany ogółem: 240.08 g; W tym cukry: 52.52 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 7.21 g;		Wartość energetyczna: 2021.09 kcal; Białko ogółem: 81.66 g; Tłuszcz: 61.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 292.11 g; W tym cukry: 54.22 g; Błonnik pok.: 38.10 g; Sól: 8.00 g;		Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.67 g; Tłuszcz: 19.97 g; Kw. tł. nasy.: 3.03 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 0.48 g; Błonnik pok.: 5.76 g; Sól: 2.13 g;					

		KRK- JP11 14 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 12 Papkowata	KRK- JP11 Biegunkowa	KRK- JP11 Pobiegunkowa	KRK- JP11 P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat	KRK- JP11 P1 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 WE Wegetariańska	KRK- JP11 WTO (Wodorowy Test Oddechowy)
2026-01-02 piątek	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>)	Zacierka na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kakao/p b/c 150 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Zacierka na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kakao/p b/c 180 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Pomarańcza 150 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Pomarańcza 150 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Sonda Ob-ryżowa JP11 () 800 ml (<u>SEL</u>)	Papka Ob-ryżowa JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłko prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kalafirowa z ryżem () 150 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Pulpet z ryby (Dorsz) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Kompotowocowy* b/c 150 ml Warzywa po grecku () 50 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos jarzynowy () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>)	Kalafirowa z ryżem () 250 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 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 (bez cukru) () 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 180 ml	Kalafirowa z ryżem () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pierogi ukraińskie z cebulką* 300 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surowka z kapusty kiszonej z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez cukru) () 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PD			Biszkopy b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 150 ml			
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Mix салат 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Mix салат 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (<u>JAJ, GOR</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Wafle ryżowe 30 g		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)			
		Wartość energetyczna: 2227.40 kcal; Białko ogółem: 136.38 g; Tłuszcz: 89.89 g; Kw. tł. nasy.: 35.73 g; Węglowodany ogółem: 231.56 g; W tym cukry: 61.69 g; Błonnik pok.: 30.83 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 2206.57 kcal; Białko ogółem: 131.13 g; Tłuszcz: 85.03 g; Kw. tł. nasy.: 36.87 g; Węglowodany ogółem: 239.80 g; W tym cukry: 56.58 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 3.20 g;	Wartość energetyczna: 1354.95 kcal; Białko ogółem: 32.31 g; Tłuszcz: 22.61 g; Kw. tł. nasy.: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 260.60 g; W tym cukry: 5.03 g; Błonnik pok.: 11.56 g; Sól: 2.64 g;	Wartość energetyczna: 1756.11 kcal; Białko ogółem: 84.46 g; Tłuszcz: 35.99 g; Kw. tł. nasy.: 7.66 g; Węglowodany ogółem: 283.64 g; W tym cukry: 19.66 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 6.14 g;	Wartość energetyczna: 1437.25 kcal; Białko ogółem: 66.82 g; Tłuszcz: 41.78 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; Węglowodany ogółem: 208.65 g; W tym cukry: 88.67 g; Błonnik pok.: 14.60 g; Sól: 3.35 g;	Wartość energetyczna: 2054.94 kcal; Białko ogółem: 82.96 g; Tłuszcz: 52.20 g; Kw. tł. nasy.: 18.41 g; Węglowodany ogółem: 331.45 g; W tym cukry: 112.10 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2255.24 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz: 68.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.19 g; Węglowodany ogółem: 346.01 g; W tym cukry: 84.57 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.67 g; Tłuszcz: 19.97 g; Kw. tł. nasy.: 3.03 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 0.48 g; Błonnik pok.: 5.76 g; Sól: 2.13 g;

		KRK- JP11 14 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 12 Papkowata	KRK- JP11 Biegunkowa	KRK- JP11 Pobiegunkowa	KRK- JP11 P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat	KRK- JP11 P1 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 WE Wegetariańska	KRK- JP11 WTO (Wodorowy Test Oddechowy)
2026-01-03 sobota	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g	Płatki pszenne na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 25 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g	Płatki pszenne na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 180 ml (<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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z groszku zielonego b/ml 80 g Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałata zielona 20 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN				Chrupki kukurydziane 20 g	Niespodzianka 1 szt			
	Obiad	Sonda Ob- ziemniaczana JP11 () 800 ml (<u>SEL</u>)	Papka Ob- ziemniaczana JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami () 150 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 100 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 50 g Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	Selerowa z ziemniakami () 250 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Potrawka drobiowa () 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 180 ml	Selerowa z ziemniakami () 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Gulasz sojowy z warzywami * (bez glutenu) 150 g (<u>SOJ, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 100 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PD				Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>)			
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Sałatka z ryżu i brokułów 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Sałatka z ryżu i brokułów 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt			Wafle ryżowe 30 g			Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2109.20 kcal; Białko ogółem: 134.25 g; Tłuszcz: 90.94 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 204.74 g; W tym cukry: 62.35 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sól: 5.67 g;	Wartość energetyczna: 2133.49 kcal; Białko ogółem: 129.76 g; Tłuszcz: 86.26 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 222.59 g; W tym cukry: 56.98 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sól: 5.32 g;	Wartość energetyczna: 1354.95 kcal; Białko ogółem: 32.31 g; Tłuszcz: 22.61 g; Kw. tł. nasy.: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 260.60 g; W tym cukry: 5.03 g; Błonnik pok.: 11.56 g; Sól: 2.64 g;	Wartość energetyczna: 1686.22 kcal; Białko ogółem: 85.78 g; Tłuszcz: 32.18 g; Kw. tł. nasy.: 6.29 g; Węglowodany ogółem: 280.27 g; W tym cukry: 16.92 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 6.51 g;	Wartość energetyczna: 1145.63 kcal; Białko ogółem: 56.05 g; Tłuszcz: 32.16 g; Kw. tł. nasy.: 9.19 g; Węglowodany ogółem: 166.53 g; W tym cukry: 55.14 g; Błonnik pok.: 13.91 g; Sól: 3.45 g;	Wartość energetyczna: 1830.62 kcal; Białko ogółem: 85.69 g; Tłuszcz: 48.94 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 279.72 g; W tym cukry: 65.02 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sól: 6.80 g;	Wartość energetyczna: 2215.98 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 65.67 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 327.56 g; W tym cukry: 40.86 g; Błonnik pok.: 39.15 g; Sól: 10.27 g;	Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.67 g; Tłuszcz: 19.97 g; Kw. tł. nasy.: 3.03 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 0.48 g; Błonnik pok.: 5.76 g; Sól: 2.13 g;

		KRK- JP11 14 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 12 Papkowata	KRK- JP11 Biegunkowa	KRK- JP11 Pobiegunkowa	KRK- JP11 P3 Łatwo strawna częściowo rozdrobniona 1-3 lat	KRK- JP11 P1 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 WE Wegetariańska	KRK- JP11 WTO (Wodorowy Test Oddechowy)
2026-01-04 niedziela	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kakao/p b/c 150 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g	Kasza manna na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kakao/p b/c 180 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Salata zielona 20 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			Chrupki kukurydziane 20 g		Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>)			
	Obiad	Sonda Ob- pomidorowa z makaronem JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)	Papka Ob- pomidorowa z makaronem JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Jabłka prażone b/c 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryżowa () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 90 g Ziemniaki gotowane puree () 200 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem () 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem () 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 100 g Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 100 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	Pomidorowa z makaronem () 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Klopsik wieprzowy 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 200 g Kompotowocowy* b/c 180 ml	Pomidorowa z makaronem () 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane () 200 g Falafele klopsiki z ciecierzycy 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kapusta zasmażana () 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 100 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PD			Biskvoty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)					
	Kolejca	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL.</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 25 g Salata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek ze słonecznikiem 80 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Wafle ryżowe 30 g		Przecier owocowy-jabłko 100g 1 g			
		Wartość energetyczna: 2264.87 kcal; Białko ogółem: 142.57 g; Tłuszcz: 91.05 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 232.29 g; W tym cukry: 63.82 g; Błonnik pok.: 31.20 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 2229.05 kcal; Białko ogółem: 134.85 g; Tłuszcz: 85.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.00 g; Węglowodany ogółem: 240.24 g; W tym cukry: 57.86 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sól: 3.20 g;	Wartość energetyczna: 1354.95 kcal; Białko ogółem: 32.31 g; Tłuszcz: 22.61 g; Kw. tł. nasy.: 4.15 g; Węglowodany ogółem: 260.60 g; W tym cukry: 5.03 g; Błonnik pok.: 11.56 g; Sól: 2.64 g;	Wartość energetyczna: 1684.93 kcal; Białko ogółem: 83.90 g; Tłuszcz: 28.77 g; Kw. tł. nasy.: 5.37 g; Węglowodany ogółem: 282.31 g; W tym cukry: 16.92 g; Błonnik pok.: 20.31 g; Sól: 7.43 g;	Wartość energetyczna: 1183.45 kcal; Białko ogółem: 50.05 g; Tłuszcz: 34.70 g; Kw. tł. nasy.: 9.01 g; Węglowodany ogółem: 171.97 g; W tym cukry: 36.54 g; Błonnik pok.: 11.04 g; Sól: 3.16 g;	Wartość energetyczna: 1751.29 kcal; Białko ogółem: 75.34 g; Tłuszcz: 43.04 g; Kw. tł. nasy.: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 275.07 g; W tym cukry: 46.71 g; Błonnik pok.: 21.89 g; Sól: 6.28 g;	Wartość energetyczna: 2189.24 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 321.10 g; W tym cukry: 54.74 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.67 g; Tłuszcz: 19.97 g; Kw. tł. nasy.: 3.03 g; Węglowodany ogółem: 189.36 g; W tym cukry: 0.48 g; Błonnik pok.: 5.76 g; Sól: 2.13 g;

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,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem wg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,