

2026-09-28 poniedziałek	Śniadanie	KRK- JP01 D01 Podstawowa	KRK- JP01 D01/M Podstawowa bez surowizny	KRK- JP01 D02 Łatwostrawna	KRK- JP01 D03/SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrz.)	KRK- JP01 D03/D02 SP Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna	KRK- JP01 D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JP01 D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (serc.nacz.)	KRK- JP01 P01/3 Podstawowa 10-18 lat
		Płatki pszenne 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> .) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u> .) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</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> .) Ketchup 20 g (<u>SEL</u> .) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .)	Płatki pszenne 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 Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u> .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g 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 Ogórek świeży 80 g Salata 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 Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u> .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .)	Płatki pszenne 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 Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u> .) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .)	Płatki pszenne 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 Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u> .) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .)	Płatki pszenne 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> .) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u> .) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> .)
	II śni				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> .) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Biskopki b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u> .) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Sos bazylowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u> .) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Sos bazylowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (<u>SEL</u> .) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Sos bazylowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (<u>SEL</u> .) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u> .) Sos bazylowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (<u>SEL</u> .) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u> .) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u> .) Sos bazylowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (<u>SEL</u> .) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa 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 bazylowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Surówka z rzepy czerwonej z olejem 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u> .) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa 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 bazylowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (<u>SEL</u> .) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (<u>SEL</u> .) Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Galeетка o smaku cytrynowym 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	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> .) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u> .) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> .) Pasta z kalafiora z natką pietruszki (bez pietruszki) 80 g 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> .) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Salata 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u> .) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> .) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Salata zielona 20 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> .) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Salata 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u> .) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u> .) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u> .) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u> .) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</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> .) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> .) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 2054.26 kcal; Białko ogółem: 94.22 g; Tłuszcz: 49.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.26 g; Węglowodany ogółem: 333.14 g; W tym cukry: 59.82 g; Błonnik pok.: 35.44 g; Sód: 2870.47 mg;	Wartość energetyczna: 2130.29 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz: 59.60 g; Kw. tł. nasy.: 16.77 g; Węglowodany ogółem: 330.42 g; W tym cukry: 58.74 g; Błonnik pok.: 37.50 g; Sód: 3624.11 mg;	Wartość energetyczna: 2113.61 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 62.18 g; Kw. tł. nasy.: 14.10 g; Węglowodany ogółem: 312.70 g; W tym cukry: 60.77 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sód: 3128.87 mg;	Wartość energetyczna: 1943.00 kcal; Białko ogółem: 95.83 g; Tłuszcz: 51.03 g; Kw. tł. nasy.: 13.83 g; Węglowodany ogółem: 307.39 g; W tym cukry: 30.15 g; Błonnik pok.: 36.33 g; Sód: 2932.92 mg;	Wartość energetyczna: 2140.20 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 60.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.41 g; Węglowodany ogółem: 320.61 g; W tym cukry: 28.04 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sód: 4196.34 mg;	Wartość energetyczna: 2226.48 kcal; Białko ogółem: 104.33 g; Tłuszcz: 56.11 g; Kw. tł. nasy.: 12.04 g; Węglowodany ogółem: 344.81 g; W tym cukry: 59.50 g; Błonnik pok.: 25.93 g; Sód: 3496.03 mg;	Wartość energetyczna: 2190.46 kcal; Białko ogółem: 87.09 g; Tłuszcz: 58.82 g; Kw. tł. nasy.: 15.24 g; Węglowodany ogółem: 354.53 g; W tym cukry: 59.80 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sód: 3346.23 mg;	Wartość energetyczna: 2093.02 kcal; Białko ogółem: 83.63 g; Tłuszcz: 54.32 g; Kw. tł. nasy.: 15.23 g; Węglowodany ogółem: 340.58 g; W tym cukry: 55.27 g; Błonnik pok.: 31.81 g; Sód: 3046.92 mg;

		KRK- JP01 D01 Podstawowa	KRK- JP01 D01/M Podstawowa bez surowizny	KRK- JP01 D02 Łatwostrawna	KRK- JP01 D03/SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrz.)	KRK- JP01 D03/D02 SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna	KRK- JP01 D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JP01 D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (serc.nacz.)	KRK- JP01 P01/3 Podstawowa 10-18 lat
2026-09-29 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>) 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>) Bulka 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>) Bulka pszenna długa krojona 140 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>)	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>) 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 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 śni			Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Seler z marchewką gotowany z natką z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Seler z marchewką gotowany z natką z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Seler z marchewką gotowany z natką z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem b/c 150 ml Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Kolacja	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 Galaretki drobiowa z udczem z kurczaka 100 g (<u>SEL</u>) Rzodkiew biała 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 Galaretki drobiowa z udczem z kurczaka 100 g (<u>SEL</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 60 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata 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 Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 60 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>) Rzodkiew biała 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 Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 60 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 60 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 60 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>) Rzodkiew biała 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 Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN		Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2070.06 kcal; Białko ogółem: 94.50 g; Tłuszcz: 51.29 g; Kw. tł. nasy.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 329.71 g; W tym cukry: 78.87 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sód: 2531.89 mg;	Wartość energetyczna: 2029.03 kcal; Białko ogółem: 91.51 g; Tłuszcz: 49.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.90 g; Węglowodany ogółem: 321.79 g; W tym cukry: 74.15 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sód: 2699.61 mg;	Wartość energetyczna: 2199.99 kcal; Białko ogółem: 100.87 g; Tłuszcz: 58.03 g; Kw. tł. nasy.: 15.29 g; Węglowodany ogółem: 336.17 g; W tym cukry: 76.55 g; Błonnik pok.: 19.56 g; Sód: 2489.79 mg;	Wartość energetyczna: 1939.92 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 48.78 g; Kw. tł. nasy.: 12.06 g; Węglowodany ogółem: 307.34 g; W tym cukry: 54.55 g; Błonnik pok.: 41.79 g; Sód: 3283.71 mg;	Wartość energetyczna: 1991.34 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 45.71 g; Kw. tł. nasy.: 11.69 g; Węglowodany ogółem: 325.91 g; W tym cukry: 51.59 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sód: 3727.06 mg;	Wartość energetyczna: 2231.79 kcal; Białko ogółem: 105.32 g; Tłuszcz: 46.98 g; Kw. tł. nasy.: 12.82 g; Węglowodany ogółem: 365.92 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 20.46 g; Sód: 2665.79 mg;	Wartość energetyczna: 2299.27 kcal; Białko ogółem: 102.06 g; Tłuszcz: 60.17 g; Kw. tł. nasy.: 15.85 g; Węglowodany ogółem: 361.45 g; W tym cukry: 78.38 g; Błonnik pok.: 33.23 g; Sód: 3106.94 mg;	Wartość energetyczna: 2063.07 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 49.75 g; Kw. tł. nasy.: 16.74 g; Węglowodany ogółem: 326.39 g; W tym cukry: 60.67 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sód: 2520.15 mg;

		KRK- JP01 D01 Podstawowa	KRK- JP01 D01/M Podstawowa bez surowizny	KRK- JP01 D02 Łatwostrawna	KRK- JP01 D03/SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrz.)	KRK- JP01 D03/D02 SP Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna	KRK- JP01 D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JP01 D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (serc.nacz.)	KRK- JP01 P01/3 Podstawowa 10-18 lat
2026-09-30 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Ketchup 10 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 140 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	II ŚN				Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 Pomidor 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu 100 g (MLE, SOJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem 100 g (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem 100 g (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Pieczarkowa z makaronem 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu 100 g (MLE, SOJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew oprószana z olejem 100 g (GLU PSZ.) Sznajkarz gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu 100 g (MLE, SOJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu 100 g (MLE, SOJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu 100 g (MLE, SOJ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			Kefir 2% tł. 200 ml (MLE) Sliwka szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2% tł. 200 ml (MLE) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (MLE) Sliwka szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Kolejka	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz szczeciński 80 g (RYB, SOJ.) Ketchup 10 g (SEL) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB.) Ogórek świeży 80 g Salata 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 Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (RYB, MLE.) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Gruszka 1 szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Gruszka 1 szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 1892.96 kcal; Białko ogółem: 84.36 g; Tłuszcz: 51.68 g; Kw. tł. nasy.: 15.65 g; Węglowodany ogółem: 291.26 g; W tym cukry: 55.19 g; Błonnik pok.: 27.38 g; Sód: 3288.14 mg;	Wartość energetyczna: 1926.26 kcal; Białko ogółem: 82.09 g; Tłuszcz: 53.12 g; Kw. tł. nasy.: 15.14 g; Węglowodany ogółem: 300.52 g; W tym cukry: 65.25 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sód: 3573.29 mg;	Wartość energetyczna: 1978.32 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 55.13 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; Węglowodany ogółem: 298.33 g; W tym cukry: 56.50 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sód: 2601.60 mg;	Wartość energetyczna: 1999.96 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 50.51 g; Kw. tł. nasy.: 13.68 g; Węglowodany ogółem: 319.60 g; W tym cukry: 43.49 g; Błonnik pok.: 35.97 g; Sód: 3782.77 mg;	Wartość energetyczna: 2156.24 kcal; Białko ogółem: 95.64 g; Tłuszcz: 54.11 g; Kw. tł. nasy.: 13.42 g; Węglowodany ogółem: 347.53 g; W tym cukry: 50.60 g; Błonnik pok.: 30.92 g; Sód: 4257.03 mg;	Wartość energetyczna: 2086.53 kcal; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz: 46.11 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 346.19 g; W tym cukry: 71.02 g; Błonnik pok.: 22.24 g; Sód: 2887.51 mg;	Wartość energetyczna: 2060.04 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz: 52.82 g; Kw. tł. nasy.: 13.57 g; Węglowodany ogółem: 330.50 g; W tym cukry: 58.35 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sód: 3266.22 mg;	Wartość energetyczna: 2082.50 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 52.92 g; Kw. tł. nasy.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 321.10 g; W tym cukry: 96.23 g; Błonnik pok.: 28.12 g; Sód: 2969.31 mg;

	KRK- JP11 D01 Podstawowa	KRK- JP11 D01/M Podstawowa bez surowizny	KRK- JP11 D02 Łatwostrawna	KRK- JP11 D03/SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrz.)	KRK- JP11 D03/D02 SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna	KRK- JP11 D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JP11 D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (serc.nacz.)	KRK- JP11 P01/3 Podstawowa 10-18 lat	
2026-10-01 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 30 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 2szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 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 Graham 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 2szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II SN	Jabko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml						Jogurt brzoskwiowy 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ziemniaczana 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	Barszcz biały z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</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	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	Ziemniaczana 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		Barszcz biały z ziemniakami 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JECZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml		
PD	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml						Śliwka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Sałatka jarzynowa 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 2szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ.</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 80 g (<u>MLE, 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>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) 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>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 2szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) 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>) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Sałatka jarzynowa 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
RY	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Śliwka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Wartość energetyczna: 2323.38 kcal; Białko ogółem: 100.16 g; Tłuszcz: 71.95 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 345.78 g; W tym cukry: 46.25 g; Błonnik pok.: 42.25 g; Sód: 4438.38 mg;	Wartość energetyczna: 2190.74 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Tłuszcz: 65.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.34 g; Węglowodany ogółem: 327.24 g; W tym cukry: 37.92 g; Błonnik pok.: 38.04 g; Sód: 4480.78 mg;	Wartość energetyczna: 2100.62 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 67.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.47 g; Węglowodany ogółem: 292.99 g; W tym cukry: 42.59 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sód: 3257.86 mg;	Wartość energetyczna: 1969.91 kcal; Białko ogółem: 96.28 g; Tłuszcz: 57.46 g; Kw. tł. nasy.: 13.36 g; Węglowodany ogółem: 300.05 g; W tym cukry: 47.82 g; Błonnik pok.: 37.25 g; Sód: 3011.31 mg;	Wartość energetyczna: 2036.97 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 56.68 g; Kw. tł. nasy.: 12.73 g; Węglowodany ogółem: 315.26 g; W tym cukry: 47.84 g; Błonnik pok.: 30.46 g; Sód: 3426.49 mg;	Wartość energetyczna: 2132.42 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 56.42 g; Kw. tł. nasy.: 13.00 g; Węglowodany ogółem: 322.74 g; W tym cukry: 43.19 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sód: 3433.86 mg;	Wartość energetyczna: 2336.62 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz: 75.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; W tym cukry: 57.83 g; Błonnik pok.: 39.44 g; Sód: 3233.36 mg;	Wartość energetyczna: 2070.94 kcal; Białko ogółem: 87.69 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 300.02 g; W tym cukry: 70.05 g; Błonnik pok.: 35.68 g; Sód: 2867.47 mg;	

		KRK- JP01 D01 Podstawowa	KRK- JP01 D01/M Podstawowa bez surowizny	KRK- JP01 D02 Łatwostrawna	KRK- JP01 D03/SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrz.)	KRK- JP01 D03/D02 SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna	KRK- JP01 D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JP01 D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (serc.nacz.)	KRK- JP01 P01/3 Podstawowa 10-18 lat
2026-10-02 piątek	Śniadanie	Kasza manna 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 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza manna 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 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 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 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 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza manna 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 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza manna 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 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II SN				Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>) Siłwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Krem z zielonych warzyw *) 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</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	Krem z zielonych warzyw *) 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba smażona (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *) 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *) 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, 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	Krem z zielonych warzyw *) 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *) 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *) 350 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *) 250 ml (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba smażona (Dorsz) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</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
	PD				Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem b/c 150 ml Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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 Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, 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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</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 Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) 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 Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) 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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) 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 Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 25 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 2170.58 kcal; Białko ogółem: 82.08 g; Tłuszcz: 71.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.78 g; Węglowodany ogółem: 323.27 g; W tym cukry: 98.29 g; Błonnik pok.: 29.77 g; Sód: 2373.00 mg;	Wartość energetyczna: 1977.79 kcal; Białko ogółem: 76.98 g; Tłuszcz: 59.22 g; Kw. tł. nasy.: 15.58 g; Węglowodany ogółem: 305.78 g; W tym cukry: 80.69 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sód: 2366.29 mg;	Wartość energetyczna: 2108.28 kcal; Białko ogółem: 91.71 g; Tłuszcz: 62.56 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; Węglowodany ogółem: 311.10 g; W tym cukry: 94.74 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sód: 1983.43 mg;	Wartość energetyczna: 1873.03 kcal; Białko ogółem: 99.25 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 13.98 g; Węglowodany ogółem: 270.18 g; W tym cukry: 48.20 g; Błonnik pok.: 34.53 g; Sód: 2406.26 mg;	Wartość energetyczna: 1976.80 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz: 55.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 294.23 g; W tym cukry: 51.57 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sód: 2828.74 mg;	Wartość energetyczna: 2167.68 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz: 51.66 g; Kw. tł. nasy.: 12.49 g; Węglowodany ogółem: 346.80 g; W tym cukry: 95.46 g; Błonnik pok.: 24.43 g; Sód: 2197.83 mg;	Wartość energetyczna: 2185.97 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Tłuszcz: 65.69 g; Kw. tł. nasy.: 15.06 g; Węglowodany ogółem: 335.33 g; W tym cukry: 78.64 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sód: 2890.94 mg;	Wartość energetyczna: 2261.05 kcal; Białko ogółem: 82.18 g; Tłuszcz: 71.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.14 g; Węglowodany ogółem: 345.86 g; W tym cukry: 110.79 g; Błonnik pok.: 29.25 g; Sód: 2399.52 mg;

		KRK- JP11 D01 Podstawowa	KRK- JP11 D01/M Podstawowa bez surowizny	KRK- JP11 D02 Łatwostrawna	KRK- JP11 D03/SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrz.)	KRK- JP11 D03/D02 SP Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna	KRK- JP11 D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JP11 D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (serc.nacz.)	KRK- JP11 P01/3 Podstawowa 10-18 lat	
2026-10-03 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki cieszyński-węd. wp. homog. wędz. parz 70 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki cieszyński-węd. wp. homog. wędz. parz 70 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, 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>)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bulka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, 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>)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki cieszyński-węd. wp. homog. wędz. parz 70 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
	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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</u>) Silnik szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Koperkowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bigos 350 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompotowocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bigos 350 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompotowocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane drobno tarte b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100 g Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100 g Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100 g Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет z soczewicy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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 Paszтет z soczewicy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 80 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 Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 80 g (<u>SEL.</u>) 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 Paszтет z soczewicy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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 ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 80 g (<u>SEL.</u>) 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 Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 80 g (<u>SEL.</u>) 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 Paszтет z soczewicy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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 Paszтет z soczewicy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 80 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
PN		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
		Wartość energetyczna: 2329.73 kcal; Białko ogółem: 79.58 g; Tłuszcz: 89.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 326.08 g; W tym cukry: 69.22 g; Błonnik pok.: 32.59 g; Sód: 4420.58 mg;	Wartość energetyczna: 2378.35 kcal; Białko ogółem: 79.05 g; Tłuszcz: 94.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 327.45 g; W tym cukry: 70.71 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sód: 4615.74 mg;	Wartość energetyczna: 2060.34 kcal; Białko ogółem: 96.58 g; Tłuszcz: 66.18 g; Kw. tł. nasy.: 17.83 g; Węglowodany ogółem: 286.22 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sód: 2658.30 mg;	Wartość energetyczna: 2217.70 kcal; Białko ogółem: 107.98 g; Tłuszcz: 66.29 g; Kw. tł. nasy.: 15.23 g; Węglowodany ogółem: 336.35 g; W tym cukry: 49.95 g; Błonnik pok.: 40.67 g; Sód: 3223.95 mg;	Wartość energetyczna: 2159.80 kcal; Białko ogółem: 99.82 g; Tłuszcz: 59.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.14 g; Węglowodany ogółem: 331.20 g; W tym cukry: 51.87 g; Błonnik pok.: 30.95 g; Sód: 3815.58 mg;	Wartość energetyczna: 2119.74 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 55.28 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 321.92 g; W tym cukry: 66.34 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sód: 2872.70 mg;	Wartość energetyczna: 2346.05 kcal; Białko ogółem: 95.56 g; Tłuszcz: 72.53 g; Kw. tł. nasy.: 17.19 g; Węglowodany ogółem: 353.75 g; W tym cukry: 62.43 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sód: 3471.33 mg;	Wartość energetyczna: 2348.21 kcal; Białko ogółem: 89.66 g; Tłuszcz: 82.73 g; Kw. tł. nasy.: 23.92 g; Węglowodany ogółem: 335.01 g; W tym cukry: 75.48 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sód: 3399.21 mg;	

		KRK- JP01 D01 Podstawowa	KRK- JP01 D01/M Podstawowa bez surowizny	KRK- JP01 D02 Latwostrawna	KRK- JP01 D03/SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrz.)	KRK- JP01 D03/D02 SP Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/latwostrawna	KRK- JP01 D05 Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JP01 D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (serc.nacz.)	KRK- JP01 P01/3 Podstawowa 10-18 lat
2026-10-04 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) 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 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) 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 Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem/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 10 g Kawa zbożowa z młkiem/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 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) 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 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	II ŚN				Maślanka 150 ml (MLE) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 250 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 250 ml (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2457.30 kcal; Białko ogółem: 130.87 g; Tłuszcz: 91.80 g; Kw. tł. nasy.: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 302.28 g; W tym cukry: 75.87 g; Błonnik pok.: 22.92 g; Sód: 3523.14 mg;	Wartość energetyczna: 2462.23 kcal; Białko ogółem: 130.00 g; Tłuszcz: 91.39 g; Kw. tł. nasy.: 35.03 g; Węglowodany ogółem: 303.46 g; W tym cukry: 78.75 g; Błonnik pok.: 21.24 g; Sód: 3635.10 mg;	Wartość energetyczna: 2440.19 kcal; Białko ogółem: 127.74 g; Tłuszcz: 82.71 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 314.72 g; W tym cukry: 84.51 g; Błonnik pok.: 18.67 g; Sód: 2585.40 mg;	Wartość energetyczna: 2188.88 kcal; Białko ogółem: 136.62 g; Tłuszcz: 73.62 g; Kw. tł. nasy.: 20.19 g; Węglowodany ogółem: 275.44 g; W tym cukry: 54.34 g; Błonnik pok.: 31.77 g; Sód: 3152.52 mg;	Wartość energetyczna: 2280.53 kcal; Białko ogółem: 130.00 g; Tłuszcz: 72.67 g; Kw. tł. nasy.: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 296.63 g; W tym cukry: 58.02 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sód: 3592.92 mg;	Wartość energetyczna: 2499.59 kcal; Białko ogółem: 133.08 g; Tłuszcz: 71.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.21 g; Węglowodany ogółem: 350.42 g; W tym cukry: 85.23 g; Błonnik pok.: 19.75 g; Sód: 2799.80 mg;	Wartość energetyczna: 2579.15 kcal; Białko ogółem: 126.82 g; Tłuszcz: 86.48 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 350.17 g; W tym cukry: 77.74 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sód: 3473.00 mg;	Wartość energetyczna: 2442.01 kcal; Białko ogółem: 129.17 g; Tłuszcz: 92.36 g; Kw. tł. nasy.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 294.34 g; W tym cukry: 51.99 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sód: 3381.17 mg;

		KRK- JP1I D01 Podstawowa	KRK- JP1I D01/M Podstawowa bez surowizny	KRK- JP1I D02 Łatwostrawna	KRK- JP1I D03/SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrz.)	KRK- JP1I D03/D02 SP Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna	KRK- JP1I D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JP1I D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (serc.nacz.)	KRK- JP1I P01/3 Podstawowa 10-18 lat
2026-10-05 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II ŚN			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 25g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 25g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej 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	Kapuśniak z kapusty kiszonej 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami 350 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 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami 350 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 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Racuchy z twarogiem 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 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 80 g (<u>MLE.</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 Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokuła * 80 g Mix sałat 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 Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokuła * 80 g Mix sałat 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 z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokuła * 80 g Mix sałat 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 Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokuła * 80 g Mix sałat 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 Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokuła * 80 g Mix sałat 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 Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 1848.69 kcal; Białko ogółem: 69.30 g; Tłuszcz: 47.61 g; Kw. tł. nasy.: 17.52 g; Węglowodany ogółem: 302.60 g; W tym cukry: 69.27 g; Błonnik pok.: 26.63 g; Sód: 2728.42 mg;	Wartość energetyczna: 1841.18 kcal; Białko ogółem: 70.53 g; Tłuszcz: 48.30 g; Kw. tł. nasy.: 18.17 g; Węglowodany ogółem: 294.32 g; W tym cukry: 64.82 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Sód: 2917.85 mg;	Wartość energetyczna: 1972.52 kcal; Białko ogółem: 76.22 g; Tłuszcz: 54.55 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 307.82 g; W tym cukry: 70.49 g; Błonnik pok.: 18.02 g; Sód: 2303.23 mg;	Wartość energetyczna: 1982.88 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 57.08 g; Kw. tł. nasy.: 14.93 g; Węglowodany ogółem: 318.07 g; W tym cukry: 47.35 g; Błonnik pok.: 39.22 g; Sód: 3757.71 mg;	Wartość energetyczna: 2022.48 kcal; Białko ogółem: 77.51 g; Tłuszcz: 48.39 g; Kw. tł. nasy.: 13.35 g; Węglowodany ogółem: 344.07 g; W tym cukry: 45.55 g; Błonnik pok.: 25.78 g; Sód: 4006.57 mg;	Wartość energetyczna: 2031.92 kcal; Białko ogółem: 81.56 g; Tłuszcz: 43.65 g; Kw. tł. nasy.: 12.18 g; Węglowodany ogółem: 343.52 g; W tym cukry: 71.21 g; Błonnik pok.: 19.10 g; Sód: 2517.63 mg;	Wartość energetyczna: 2092.71 kcal; Białko ogółem: 73.68 g; Tłuszcz: 55.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.81 g; Węglowodany ogółem: 344.12 g; W tym cukry: 67.89 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sód: 3224.58 mg;	Wartość energetyczna: 2480.07 kcal; Białko ogółem: 91.42 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 374.62 g; W tym cukry: 136.87 g; Błonnik pok.: 22.41 g; Sód: 3195.55 mg;

		KRK- JP01 D01 Podstawowa	KRK- JP01 D01/M Podstawowa bez surowizny	KRK- JP01 D02 Łatwostrawna	KRK- JP01 D03/SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrz.)	KRK- JP01 D03/D02 SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna	KRK- JP01 D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JP01 D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (serc.nacz.)	KRK- JP01 P01/3 Podstawowa 10-18 lat
2026-10-06 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Makaron drobny na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Makaron drobny na mleku/p 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 Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</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 Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Rzodkiew biała 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 Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Makaron drobny na mleku/p 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 Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Makaron drobny na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Makaron drobny na mleku/p 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II SN				Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>) Śliwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kefir 2% tł 200 ml (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 100 g 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 wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Solferino 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g 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 wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 100 g 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 PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami 250 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kalarepek, jabłka i marchewki z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
Kolejka		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 Szprot w sosie pomidorowym 50 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 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 Szprot w sosie pomidorowym 50 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 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 Serek homo z natką pietruszki 80 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 Szprot w sosie pomidorowym 50 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 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 Serek homo z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</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>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo z natką pietruszki 80 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 Serek homo z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 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 Serek homo z natką pietruszki 80 g (<u>RYB, MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	RN	Buleczka plecionka z makiem 40g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Śliwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Buleczka plecionka z makiem 40g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 25g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 25g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Buleczka plecionka z makiem 40g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g	Buleczka plecionka z makiem 40g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Śliwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Wartość energetyczna: 2364.53 kcal; Białko ogółem: 114.25 g; Tłuszcz: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.65 g; Węglowodany ogółem: 355.59 g; W tym cukry: 62.85 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sód: 2700.55 mg;
		Wartość energetyczna: 2439.98 kcal; Białko ogółem: 111.82 g; Tłuszcz: 73.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.26 g; Węglowodany ogółem: 356.22 g; W tym cukry: 52.18 g; Błonnik pok.: 35.19 g; Sód: 3295.93 mg;	Wartość energetyczna: 2374.05 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 65.66 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 358.07 g; W tym cukry: 57.85 g; Błonnik pok.: 33.93 g; Sód: 3519.42 mg;	Wartość energetyczna: 2220.80 kcal; Białko ogółem: 104.60 g; Tłuszcz: 51.03 g; Kw. tł. nasy.: 11.67 g; Węglowodany ogółem: 352.25 g; W tym cukry: 62.83 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sód: 2448.60 mg;	Wartość energetyczna: 2356.51 kcal; Białko ogółem: 115.68 g; Tłuszcz: 78.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; Węglowodany ogółem: 332.03 g; W tym cukry: 49.66 g; Błonnik pok.: 40.80 g; Sód: 3184.50 mg;	Wartość energetyczna: 2091.13 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz: 48.46 g; Kw. tł. nasy.: 13.81 g; Węglowodany ogółem: 342.93 g; W tym cukry: 59.48 g; Błonnik pok.: 31.01 g; Sód: 3244.17 mg;	Wartość energetyczna: 2268.20 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 43.18 g; Kw. tł. nasy.: 10.22 g; Węglowodany ogółem: 382.75 g; W tym cukry: 63.68 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sód: 2814.30 mg;	Wartość energetyczna: 2505.09 kcal; Białko ogółem: 113.49 g; Tłuszcz: 67.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.88 g; Węglowodany ogółem: 386.04 g; W tym cukry: 52.37 g; Błonnik pok.: 37.42 g; Sód: 3226.84 mg;	Wartość energetyczna: 2364.53 kcal; Białko ogółem: 114.25 g; Tłuszcz: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 16.65 g; Węglowodany ogółem: 355.59 g; W tym cukry: 62.85 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sód: 2700.55 mg;

	KRK- JP01 D01 Podstawowa	KRK- JP01 D01/M Podstawowa bez surowizny	KRK- JP01 D02 Łatwostrawna	KRK- JP01 D03/SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrz.)	KRK- JP01 D03/D02 SP Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna	KRK- JP01 D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JP01 D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (serc.nacz.)	KRK- JP01 P01/3 Podstawowa 10-18 lat
2026-10-07 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 75 g Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</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 Kawa zbożowa z mikiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 75 g Chleb mieszany pszenno-żytni (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</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 Kawa zbożowa z mikiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mikiem/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>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mikiem/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>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mikiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Ryż 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 Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mikiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Ryż 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kaka/p b/c 250 ml (<u>MLE</u>)
	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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</u>) Siłwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Krem z białych warzyw- dieta 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: SEL.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw- dieta 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Dymna duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: SEL.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw- dieta 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazyliowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dymna duszona z marchewką 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: SEL.</u>)	Krem z białych warzyw- dieta 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazyliowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: SEL.</u>) Dymna duszona z marchewką 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw- dieta 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazyliowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: SEL.</u>) Dymna duszona z marchewką 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw- dieta 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazyliowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: SEL.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw- dieta 250 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Eskalopka z kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: SEL.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Siłwka szt 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 150 g			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolejka	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 Paszтет drobiowy z kurnej półki 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Cwikla z jabłkiem 80 g Salata lodowa 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 Paszтет drobiowy z kurnej półki 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cwikla z jabłkiem 80 g Salata lodowa 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Cwikla z jabłkiem 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cwikla z jabłkiem 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cwikla z jabłkiem 80 g Salata lodowa 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Cwikla z jabłkiem 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Wartość energetyczna: 2081.42 kcal; Białko ogółem: 90.73 g; Tłuszcz: 63.74 g; Kw. tł. nasy.: 13.54 g; Węglowodany ogółem: 305.08 g; W tym cukry: 80.78 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sód: 2630.18 mg;	Wartość energetyczna: 2078.25 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 63.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.33 g; Węglowodany ogółem: 309.79 g; W tym cukry: 81.97 g; Błonnik pok.: 25.16 g; Sód: 2143.50 mg;	Wartość energetyczna: 2073.91 kcal; Białko ogółem: 99.98 g; Tłuszcz: 53.17 g; Kw. tł. nasy.: 12.04 g; Węglowodany ogółem: 313.47 g; W tym cukry: 85.78 g; Błonnik pok.: 24.74 g; Sód: 2367.84 mg;	Wartość energetyczna: 1900.18 kcal; Białko ogółem: 103.93 g; Tłuszcz: 53.55 g; Kw. tł. nasy.: 12.01 g; Węglowodany ogółem: 286.41 g; W tym cukry: 39.76 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sód: 3319.54 mg;	Wartość energetyczna: 2103.06 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 51.99 g; Kw. tł. nasy.: 11.99 g; Węglowodany ogółem: 329.83 g; W tym cukry: 53.61 g; Błonnik pok.: 30.74 g; Sód: 3888.88 mg;	Wartość energetyczna: 2105.71 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz: 42.12 g; Kw. tł. nasy.: 9.57 g; Węglowodany ogółem: 343.22 g; W tym cukry: 86.38 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sód: 2543.84 mg;	Wartość energetyczna: 2089.95 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz: 53.80 g; Kw. tł. nasy.: 12.24 g; Węglowodany ogółem: 329.60 g; W tym cukry: 80.55 g; Błonnik pok.: 29.08 g; Sód: 3103.55 mg;	Wartość energetyczna: 2118.11 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz: 61.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; Węglowodany ogółem: 322.63 g; W tym cukry: 92.40 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sód: 2782.29 mg;

2026-10-08 czwartek	Śniadanie	KRK- JPII D01 Podstawowa	KRK- JPII D01/M1 Podstawowa bez surowizny	KRK- JPII D02 Łatwostrawna	KRK- JPII D03/SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrz.)	KRK- JPII D03/D02 SP Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna	KRK- JPII D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPII D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (serc.nacz.)	KRK- JPII P01/3 Podstawowa 10-18 lat
		Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30g (GLU PSZ) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ketchup 10 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) 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 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 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.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 140 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 80 g Chleb Graham 30 g (GLU PSZ) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 30g (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 Kakaof b/c 250 ml (MLE)
	II śni				Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Lazanki z kapustą i mięs wp z łopatk 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Banan 1szt. 1 szt Kompotowocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Lazanki z kapustą i mięs wp z łopatk 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 250 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Lazanki z kapustą i mięs wp z łopatk 350 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 Pomidor 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
Kolacja		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z ciecierzycy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z ciecierzycy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ketchup 10 g (SEL) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i bialek mleka,wędzona,parzona 60 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.) 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 Pasztet z ciecierzycy 80 g (GLU PSZ, JAJ.) 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i bialek mleka,wędzona,parzona 60 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i bialek mleka,wędzona,parzona 60 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i bialek mleka,wędzona,parzona 60 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Chleb Graham 60 g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 2419.11 kcal; Bialko ogółem: 92.44 g; Tłuszcz: 73.62 g; Kw. tł. nasy.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 367.68 g; W tym cukry: 89.49 g; Błonnik pok.: 31.95 g; Sód: 3027.28 mg;	Wartość energetyczna: 2249.31 kcal; Bialko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 73.27 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 322.63 g; W tym cukry: 52.32 g; Błonnik pok.: 30.50 g; Sód: 3380.47 mg;	Wartość energetyczna: 2150.08 kcal; Bialko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 61.62 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 309.93 g; W tym cukry: 50.56 g; Błonnik pok.: 19.02 g; Sód: 3116.02 mg;	Wartość energetyczna: 2179.62 kcal; Bialko ogółem: 100.94 g; Tłuszcz: 66.67 g; Kw. tł. nasy.: 12.50 g; Węglowodany ogółem: 334.94 g; W tym cukry: 33.11 g; Błonnik pok.: 43.39 g; Sód: 3569.15 mg;	Wartość energetyczna: 2070.64 kcal; Bialko ogółem: 93.28 g; Tłuszcz: 51.17 g; Kw. tł. nasy.: 11.92 g; Węglowodany ogółem: 332.51 g; W tym cukry: 30.60 g; Błonnik pok.: 26.20 g; Sód: 4603.14 mg;	Wartość energetyczna: 2181.88 kcal; Bialko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz: 50.57 g; Kw. tł. nasy.: 13.49 g; Węglowodany ogółem: 339.68 g; W tym cukry: 51.16 g; Błonnik pok.: 19.92 g; Sód: 3292.02 mg;	Wartość energetyczna: 2217.08 kcal; Bialko ogółem: 101.00 g; Tłuszcz: 61.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.20 g; Węglowodany ogółem: 334.65 g; W tym cukry: 51.16 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sód: 3812.55 mg;	Wartość energetyczna: 2072.94 kcal; Bialko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 21.47 g; Węglowodany ogółem: 302.27 g; W tym cukry: 62.27 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sód: 3541.08 mg;

2026-10-09 piątek	Śniadanie	KRK- JP01 D01 Podstawowa	KRK- JP01 D01/M Podstawowa bez surowizny	KRK- JP01 D02 Łatwostrawna	KRK- JP01 D03/SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrz.)	KRK- JP01 D03/D02 SP Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna	KRK- JP01 D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JP01 D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (serc.nacz.)	KRK- JP01 P01/3 Podstawowa 10-18 lat
		Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</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 Śliwka szt. 2 szt 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 30g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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>) Bulka 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>GLU PSZ, GLU ŻYT</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>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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 30g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 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>)	Zacierka na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 2 szt Śliwka szt. 2 szt Kakaop/b/c 250 ml (<u>MLE</u>)
	II śniadanie				Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z ryby (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surowka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez cukru) 100 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 (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Warzywa po grecku (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sznajkar 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) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sznajkar 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>) Surowka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez cukru) 100 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>) Sznajkar 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>) Surowka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez cukru) 100 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 (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surowka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez cukru) 100 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 (Miruna) 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surowka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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 Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Mix sałat 20 g Pomidor 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 jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 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 białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Mix sałat 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 Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Mix sałat 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 Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 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 jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Twarog półtłusty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Twarog półtłusty 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2216.59 kcal; Białko ogółem: 82.73 g; Tłuszcz: 67.49 g; Kw. tł. nasy.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 338.08 g; W tym cukry: 77.10 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sód: 2879.77 mg;	Wartość energetyczna: 2113.35 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 57.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 338.31 g; W tym cukry: 77.82 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sód: 2601.77 mg;	Wartość energetyczna: 2145.86 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 57.80 g; Kw. tł. nasy.: 15.16 g; Węglowodany ogółem: 326.74 g; W tym cukry: 83.68 g; Błonnik pok.: 21.87 g; Sód: 1996.45 mg;	Wartość energetyczna: 1768.30 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 47.07 g; Kw. tł. nasy.: 11.55 g; Węglowodany ogółem: 276.79 g; W tym cukry: 50.67 g; Błonnik pok.: 34.08 g; Sód: 2595.74 mg;	Wartość energetyczna: 1878.31 kcal; Białko ogółem: 90.31 g; Tłuszcz: 45.74 g; Kw. tł. nasy.: 12.06 g; Węglowodany ogółem: 298.08 g; W tym cukry: 48.75 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sód: 2737.42 mg;	Wartość energetyczna: 2205.26 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Tłuszcz: 46.90 g; Kw. tł. nasy.: 12.72 g; Węglowodany ogółem: 362.44 g; W tym cukry: 84.40 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sód: 2210.85 mg;	Wartość energetyczna: 2198.38 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 61.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; Węglowodany ogółem: 330.36 g; W tym cukry: 54.40 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sód: 3203.40 mg;	Wartość energetyczna: 2291.86 kcal; Białko ogółem: 88.90 g; Tłuszcz: 70.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.44 g; Węglowodany ogółem: 348.00 g; W tym cukry: 99.82 g; Błonnik pok.: 24.40 g; Sód: 2897.20 mg;

		KRK- JPII D01 Podstawowa	KRK- JPII D01/M Podstawowa bez surowizny	KRK- JPII D02 Latwostrawna	KRK- JPII D03/SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrz.)	KRK- JPII D03/D02 SP Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/latwostrawna	KRK- JPII D05 Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JPII D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (serc.nacz.)	KRK- JPII P01/3 Podstawowa 10-18 lat
2026-10-10 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1szt (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80g Sałata zielona 20g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1szt (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ketchup 10g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Płatki pszenne 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 2szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80g Sałata zielona 20g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80g Sałata zielona 20g Kawa zbożowa z młkiem/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 1szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80g Sałata zielona 20g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Płatki pszenne 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 1szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80g Sałata zielona 20g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80g Sałata zielona 20g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Płatki pszenne na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1szt (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 80g Sałata zielona 20g Kawa zbożowa z młkiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
	II ŚN				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok pomidorowo-warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Selerowa z ziemniakami 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jagłana na sypko 200g Gulasz z żołądków drobiowych* 150 g (<u>GLUPSZ, MLE, SEL</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g Fasolka szparagowa z wody* 100g Kompotowocowy* b/c 250 ml			Selerowa z ziemniakami 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jagłana na sypko 200g Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g Fasolka szparagowa z wody* 100g Kompotowocowy* b/c 250 ml			Selerowa z ziemniakami 250 ml (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jagłana na sypko 200g Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100g Fasolka szparagowa z wody* 100g Kompotowocowy* b/c 250 ml	
	PD				Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60g Sałatka wiosenna () 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60g Ketchup 10g (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 100g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60g Sałatka wiosenna () 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60g Sałatka wiosenna () 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60g Sałatka wiosenna - diety 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 120g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60g Sałatka wiosenna - diety 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 140g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60g Sałatka wiosenna () 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60g Sałatka wiosenna () 100g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25g Sałata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25g Sałata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Wartość energetyczna: 1926.78 kcal; Białko ogółem: 93.00 g; Tłuszcz: 50.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.47 g; Węglowodany ogółem: 295.16 g; W tym cukry: 46.06 g; Błonnik pok.: 26.60 g; Sód: 4109.36 mg;	Wartość energetyczna: 1876.38 kcal; Białko ogółem: 90.89 g; Tłuszcz: 48.79 g; Kw. tł. nasy.: 16.29 g; Węglowodany ogółem: 286.09 g; W tym cukry: 40.15 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sód: 4235.80 mg;	Wartość energetyczna: 2006.47 kcal; Białko ogółem: 95.21 g; Tłuszcz: 58.57 g; Kw. tł. nasy.: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 290.01 g; W tym cukry: 47.28 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sód: 3627.76 mg;	Wartość energetyczna: 1957.41 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 50.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.91 g; Węglowodany ogółem: 308.46 g; W tym cukry: 52.97 g; Błonnik pok.: 32.14 g; Sód: 4176.36 mg;	Wartość energetyczna: 2094.13 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 56.05 g; Kw. tł. nasy.: 12.35 g; Węglowodany ogółem: 325.47 g; W tym cukry: 51.98 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sód: 4949.70 mg;	Wartość energetyczna: 2123.79 kcal; Białko ogółem: 100.46 g; Tłuszcz: 54.32 g; Kw. tł. nasy.: 12.04 g; Węglowodany ogółem: 325.18 g; W tym cukry: 47.78 g; Błonnik pok.: 22.66 g; Sód: 3839.50 mg;	Wartość energetyczna: 2137.27 kcal; Białko ogółem: 94.69 g; Tłuszcz: 59.17 g; Kw. tł. nasy.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 330.01 g; W tym cukry: 44.97 g; Błonnik pok.: 27.74 g; Sód: 4539.76 mg;	Wartość energetyczna: 2094.22 kcal; Białko ogółem: 92.91 g; Tłuszcz: 49.95 g; Kw. tł. nasy.: 16.70 g; Węglowodany ogółem: 338.44 g; W tym cukry: 96.87 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sód: 3281.75 mg;	

	KRK- JP01 D01 Podstawowa	KRK- JP01 D01/M Podstawowa bez surowizny	KRK- JP01 D02 Latwostrawna	KRK- JP01 D03/SP Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (cukrz.)	KRK- JP01 D03/D02 SP Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna	KRK- JP01 D05 Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- JP01 D03 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów (serc.nacz.)	KRK- JP01 P01/3 Podstawowa 10-18 lat	
2026-10-11 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</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 Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Kasza manna 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 Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</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 Graham 100g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</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 Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 140 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakaol/p b/c 250 ml (<u>MLE</u>)
	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>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	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>GLUPSZ</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>) 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>) 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 Kotlet schabowy 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kapusta zasmażana 100 g (<u>GLUPSZ</u>) 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>GLUPSZ</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 (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Wartość energetyczna: 2153.30 kcal; Białko ogółem: 98.39 g; Tłuszcz: 71.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 300.50 g; W tym cukry: 54.46 g; Błonnik pok.: 24.68 g; Sód: 3272.80 mg;	Wartość energetyczna: 2087.57 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz: 67.66 g; Kw. tł. nasy.: 27.24 g; Węglowodany ogółem: 290.58 g; W tym cukry: 50.18 g; Błonnik pok.: 22.62 g; Sód: 3465.01 mg;	Wartość energetyczna: 1914.94 kcal; Białko ogółem: 104.52 g; Tłuszcz: 47.85 g; Kw. tł. nasy.: 13.27 g; Węglowodany ogółem: 279.75 g; W tym cukry: 55.34 g; Błonnik pok.: 19.77 g; Sód: 2306.78 mg;	Wartość energetyczna: 1901.22 kcal; Białko ogółem: 112.36 g; Tłuszcz: 46.93 g; Kw. tł. nasy.: 11.92 g; Węglowodany ogółem: 294.01 g; W tym cukry: 34.16 g; Błonnik pok.: 34.83 g; Sód: 3244.24 mg;	Wartość energetyczna: 1954.92 kcal; Białko ogółem: 105.57 g; Tłuszcz: 41.74 g; Kw. tł. nasy.: 11.67 g; Węglowodany ogółem: 313.00 g; W tym cukry: 32.37 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sód: 3740.30 mg;	Wartość energetyczna: 1974.34 kcal; Białko ogółem: 109.86 g; Tłuszcz: 36.95 g; Kw. tł. nasy.: 10.83 g; Węglowodany ogółem: 315.45 g; W tym cukry: 56.06 g; Błonnik pok.: 20.85 g; Sód: 2521.18 mg;	Wartość energetyczna: 2079.14 kcal; Białko ogółem: 103.60 g; Tłuszcz: 51.38 g; Kw. tł. nasy.: 13.74 g; Węglowodany ogółem: 322.01 g; W tym cukry: 54.66 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sód: 3203.47 mg;	Wartość energetyczna: 2030.70 kcal; Białko ogółem: 93.99 g; Tłuszcz: 56.76 g; Kw. tł. nasy.: 16.32 g; Węglowodany ogółem: 304.68 g; W tym cukry: 59.49 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sód: 2777.68 mg;	

		KRK- JPil D12 Płynna wzmocniona	KRK- JPil D11 Papkowata	KRK- JPil D07 Bogatobiałkowa	KRK- JPil P01/1 Podstawowa 1-3 lat	KRK- JPil P01/2 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JPil D01/WE Wegetariańska	KRK- JPil Łatwostrawna WTO Wodorowy Test Oddechowy	KRK- JPil D06 Bogatoresztkowa
2026-09-28 poniedziałek	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Filet zapiekany drobiowy 100 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>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>)	Płatki pszenne 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 Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Płatki pszenne 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>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 180 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Płatki pszenne 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 Hummus z ciecierzycy 80 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 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	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
	II śni				Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLUPSZ, JAJ</u>)				
	Obiad	Sonda Ob- dyniowa z ziemniakami JPil () 800 ml (<u>SEL</u>)	Papka Ob- dyniowa z ziemniakami JPil 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Dyniowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos bazyliowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (<u>SEL</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Twardg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek() z/c 100 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	Dyniowa 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>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (<u>SEL</u>) Kompotowocowy* b/c 180 ml	Dyniowa 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>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty czerwonej 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	Dyniowa 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>) Surówka z rzepy białej i jabłka () 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Galaretka o smaku cytrynowym 150 g				
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 20 g Sałata zielona 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml	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>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL</u>)	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2133.87 kcal; Białko ogółem: 135.71 g; Tłuszcz: 91.01 g; Kw. tł. nasy.: 35.96 g; Węglowodany ogółem: 208.71 g; W tym cukry: 74.15 g; Błonnik pok.: 31.46 g; Sód: 2610.92 mg;	Wartość energetyczna: 2087.70 kcal; Białko ogółem: 126.27 g; Tłuszcz: 85.11 g; Kw. tł. nasy.: 36.90 g; Węglowodany ogółem: 216.14 g; W tym cukry: 72.01 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sód: 1262.66 mg;	Wartość energetyczna: 2235.53 kcal; Białko ogółem: 102.42 g; Tłuszcz: 70.75 g; Kw. tł. nasy.: 17.17 g; Węglowodany ogółem: 318.03 g; W tym cukry: 62.32 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sód: 3519.53 mg;	Wartość energetyczna: 1185.82 kcal; Białko ogółem: 46.54 g; Tłuszcz: 30.50 g; Kw. tł. nasy.: 8.09 g; Węglowodany ogółem: 188.56 g; W tym cukry: 50.36 g; Błonnik pok.: 10.61 g; Sód: 1062.12 mg;	Wartość energetyczna: 1869.54 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz: 51.58 g; Kw. tł. nasy.: 13.98 g; Węglowodany ogółem: 295.55 g; W tym cukry: 49.56 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sód: 2591.86 mg;	Wartość energetyczna: 1996.48 kcal; Białko ogółem: 73.06 g; Tłuszcz: 53.25 g; Kw. tł. nasy.: 12.45 g; Węglowodany ogółem: 330.29 g; W tym cukry: 59.84 g; Błonnik pok.: 34.76 g; Sód: 2592.38 mg;	Wartość energetyczna: 1609.00 kcal; Białko ogółem: 170.77 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; Sód: 845.31 mg;	Wartość energetyczna: 1776.20 kcal; Białko ogółem: 87.23 g; Tłuszcz: 46.34 g; Kw. tł. nasy.: 11.28 g; Węglowodany ogółem: 285.04 g; W tym cukry: 30.15 g; Błonnik pok.: 36.33 g; Sód: 2842.92 mg;

		KRK- JP1I D12 Płynna wzmocniona	KRK- JP1I D11 Papkowata	KRK- JP1I D07 Bogatobiałkowa	KRK- JP1I P01/1 Podstawowa 1-3 lat	KRK- JP1I P01/2 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP1I D01/WE Wegetariańska	KRK- JP1I Łatwostrawna WTO Wodorowy Test Oddechowy	KRK- JP1I D06 Bogatoresztkowa
2026-09-29 wtorek	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 160 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 90 g Roszpinka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	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/śkórki 20 g Roszpinka 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>) Pomidor 90 g Roszpinka 10 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 Roszpinka 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	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 Roszpinka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
	II Śni				Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Sonda Ob- brokulowa z ziemniakami JP1I () 800 ml (<u>SEL,</u>)	Papka Ob- brokulowa z ziemniakami JP1I () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Brokulowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Seler z marchewką gotowany z natką z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Brokulowa z ziemniakami 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 100 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Seler z marchewką gotowany z natką z olejem 50 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 50 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	Brokulowa z ziemniakami 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 180 ml	Ogórkowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw* 350 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 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	Brokulowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem b/c 150 ml Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL,</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkami wody i białek mleka,wędzona,parzona 60 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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 20 g Salata zielona 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<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 Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 180 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 Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkami wody i białek mleka,wędzona,parzona 60 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Rzodkiew biała 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt		Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkami wody i białek mleka,wędzona,parzona 25 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2209.83 kcal; Białko ogółem: 134.64 g; Tłuszcz: 90.04 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 238.05 g; W tym cukry: 93.45 g; Błonnik pok.: 31.52 g; Sód: 1544.25 mg;	Wartość energetyczna: 2226.39 kcal; Białko ogółem: 129.43 g; Tłuszcz: 85.25 g; Kw. tł. nasy.: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 254.65 g; W tym cukry: 87.52 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sód: 1410.16 mg;	Wartość energetyczna: 2330.75 kcal; Białko ogółem: 113.77 g; Tłuszcz: 64.09 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 344.82 g; W tym cukry: 81.69 g; Błonnik pok.: 21.88 g; Sód: 2991.38 mg;	Wartość energetyczna: 1182.81 kcal; Białko ogółem: 58.07 g; Tłuszcz: 33.33 g; Kw. tł. nasy.: 8.89 g; Węglowodany ogółem: 171.93 g; W tym cukry: 36.87 g; Błonnik pok.: 13.69 g; Sód: 1141.61 mg;	Wartość energetyczna: 1949.82 kcal; Białko ogółem: 88.69 g; Tłuszcz: 47.00 g; Kw. tł. nasy.: 15.36 g; Węglowodany ogółem: 309.93 g; W tym cukry: 52.13 g; Błonnik pok.: 23.58 g; Sód: 2449.29 mg;	Wartość energetyczna: 2025.83 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 298.20 g; W tym cukry: 82.60 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sód: 2922.65 mg;	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; Sód: 834.31 mg;	Wartość energetyczna: 1828.92 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 47.78 g; Kw. tł. nasy.: 11.90 g; Węglowodany ogółem: 279.39 g; W tym cukry: 34.80 g; Błonnik pok.: 36.59 g; Sód: 2874.71 mg;

2026-09-30 środa	Śniadanie	KRK- JP1I D12 Płynna wzmocniona	KRK- JP1I D11 Papkowata	KRK- JP1I D07 Bogatobiałkowa	KRK- JP1I P01/1 Podstawowa 1-3 lat	KRK- JP1I P01/2 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP1I D01/WE Wegetariańska	KRK- JP1I Łatwostrawna WTO Wodorowy Test Oddechowy	KRK- JP1I D06 Bogatoresztkowa
		Sonda Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 100 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor biskórki 20 g Salata zielona 15 g Kawa zbożowa z makiem/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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/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 Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/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	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
	II ŚN				Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
		Sonda Ob- jarzynowa z makaronem JP1I () 800 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)	Papka Ob- jarzynowa z makaronem JP1I () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Jarzynowa z makaronem dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 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>) Marchew oprószana z olejem 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 50 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 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>) Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 180 ml	Pieczarkowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOZ,</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 marchwi i chrzanu 100 g (<u>MLE, SOZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 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	Pieczarkowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOZ,</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 marchwi i chrzanu b/c 100 g (<u>MLE, SOZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>) Sliwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
		Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL,</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i ryby got.(łosos) 40 g (<u>RYB, MLE,</u>) Pomidor biskórki 20 g Salata zielona 15 g 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 Pasta z twarogu i ryby got.(łosos) 40 g (<u>RYB, MLE,</u>) Pomidor biskórki 20 g Salata zielona 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i ryby got.(łosos) 80 g (<u>RYB, MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 180 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 Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (<u>RYB,</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt			Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
		Wartość energetyczna: 2327.83 kcal; Białko ogółem: 140.17 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 257.45 g; W tym cukry: 91.71 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sód: 1521.85 mg;	Wartość energetyczna: 2297.19 kcal; Białko ogółem: 132.75 g; Tłuszcz: 85.94 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 266.29 g; W tym cukry: 86.47 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sód: 1396.72 mg;	Wartość energetyczna: 2169.41 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 73.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 289.43 g; W tym cukry: 55.58 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sód: 3524.65 mg;	Wartość energetyczna: 1399.68 kcal; Białko ogółem: 63.52 g; Tłuszcz: 41.41 g; Kw. tł. nasy.: 12.74 g; Węglowodany ogółem: 201.91 g; W tym cukry: 84.86 g; Błonnik pok.: 16.01 g; Sód: 1518.07 mg;	Wartość energetyczna: 1880.79 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 52.75 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 276.02 g; W tym cukry: 86.48 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sód: 2600.43 mg;	Wartość energetyczna: 1900.85 kcal; Białko ogółem: 84.38 g; Tłuszcz: 43.29 g; Kw. tł. nasy.: 12.91 g; Węglowodany ogółem: 316.12 g; W tym cukry: 59.49 g; Błonnik pok.: 36.51 g; Sód: 2537.48 mg;	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; Sód: 834.31 mg;	Wartość energetyczna: 1668.10 kcal; Białko ogółem: 86.46 g; Tłuszcz: 40.70 g; Kw. tł. nasy.: 9.51 g; Węglowodany ogółem: 269.95 g; W tym cukry: 28.96 g; Błonnik pok.: 31.33 g; Sód: 3137.23 mg;

	KRK- JP11 D12 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 D11 Papkowata	KRK- JP11 D07 Bogatobiałkowa	KRK- JP11 P01/1 Podstawowa 1-3 lat	KRK- JP11 P01/2 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 D01/WE Wegetariańska	KRK- JP11 Łatwostrawna WTO Wodorowy Test Oddechowy	KRK- JP11 D06 Bogatoresztkowa
Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU OW,</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 Sałata lodowa 15 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 180 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</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 Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 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	Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
II ŚN				Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
Obiad	Sonda Ob- ziemniaczana JP11 () 800 ml (<u>SEL,</u>)	Papka Ob- ziemniaczana JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Ziemniaczana 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasztotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 400 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	Ziemniaczana 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasztotto 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	Ziemniaczana 250 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasztotto 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	Barszcz biały z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Kasztotto 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	Barszcz biały z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,</u>) Kasztotto 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
PD				Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Śliwka szt. 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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 Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 100 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 50 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml Sałata zielona 20 g Jogurt brzoskwinowy 100g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 50 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Sałatka jarzynowa 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 180 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 Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Sałatka jarzynowa 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 80 g (<u>MLE, SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ,</u>) Śliwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2115.20 kcal; Białko ogółem: 134.85 g; Tłuszcz: 90.94 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 205.64 g; W tym cukry: 71.35 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sód: 2608.25 mg;	Wartość energetyczna: 2139.49 kcal; Białko ogółem: 130.36 g; Tłuszcz: 86.26 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 223.49 g; W tym cukry: 65.98 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sód: 2475.76 mg;	Wartość energetyczna: 2356.59 kcal; Białko ogółem: 116.52 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kw. tł. nasy.: 18.62 g; Węglowodany ogółem: 316.88 g; W tym cukry: 53.67 g; Błonnik pok.: 27.78 g; Sód: 4111.50 mg;	Wartość energetyczna: 1224.50 kcal; Białko ogółem: 49.49 g; Tłuszcz: 38.33 g; Kw. tł. nasy.: 9.56 g; Węglowodany ogółem: 180.41 g; W tym cukry: 60.29 g; Błonnik pok.: 16.05 g; Sód: 1361.26 mg;	Wartość energetyczna: 1882.09 kcal; Białko ogółem: 78.43 g; Tłuszcz: 64.74 g; Kw. tł. nasy.: 17.70 g; Węglowodany ogółem: 262.47 g; W tym cukry: 67.61 g; Błonnik pok.: 30.40 g; Sód: 2518.12 mg;	Wartość energetyczna: 2216.92 kcal; Białko ogółem: 87.38 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 314.16 g; W tym cukry: 47.75 g; Błonnik pok.: 36.72 g; Sód: 2942.76 mg;	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; Sód: 834.31 mg;	Wartość energetyczna: 1830.91 kcal; Białko ogółem: 91.58 g; Tłuszcz: 53.86 g; Kw. tł. nasy.: 12.11 g; Węglowodany ogółem: 276.60 g; W tym cukry: 29.07 g; Błonnik pok.: 34.25 g; Sód: 2923.31 mg;

		KRK- JP11 D12 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 D11 Papkowata	KRK- JP11 D07 Bogatobiałkowa	KRK- JP11 P01/1 Podstawowa 1-3 lat	KRK- JP11 P01/2 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 D01/WE Wegetariańska	KRK- JP11 Łatwostrawna WTO Wodorowy Test Oddechowy	KRK- JP11 D06 Bogatoresztkowa
2026-10-02 piątek	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 120 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kasza manna 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 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kasza manna 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 20 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 180 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kasza manna 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 40 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 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	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 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
	II ŚN				Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	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>)	Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Krem z zielonych warzyw *) 350 ml (<u>SEL,</u>) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *) 150 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy 30 ml (<u>GLU PSZ, MLE, 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 Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 180 ml	Krem z zielonych warzyw *) 350 ml (<u>SEL,</u>) Kolejki gryczane z cebulką i twarogiem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Surowka 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	Krem z zielonych warzyw *) 350 ml (<u>SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Surowka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Bukiet jarzyn oprószany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem z/c 150 ml Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL,</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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 natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 150 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 natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 180 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 natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)			Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
		Wartość energetyczna: 2276.53 kcal; Białko ogółem: 144.89 g; Tłuszcz: 93.69 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 229.23 g; W tym cukry: 71.33 g; Błonnik pok.: 29.34 g; Sód: 2619.85 mg;	Wartość energetyczna: 2236.29 kcal; Białko ogółem: 136.38 g; Tłuszcz: 87.91 g; Kw. tł. nasy.: 37.45 g; Węglowodany ogółem: 237.64 g; W tym cukry: 65.96 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sód: 2482.72 mg;	Wartość energetyczna: 2174.32 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 69.25 g; Kw. tł. nasy.: 17.82 g; Węglowodany ogółem: 301.98 g; W tym cukry: 79.66 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sód: 2697.18 mg;	Wartość energetyczna: 1356.09 kcal; Białko ogółem: 61.22 g; Tłuszcz: 40.22 g; Kw. tł. nasy.: 10.22 g; Węglowodany ogółem: 197.22 g; W tym cukry: 90.23 g; Błonnik pok.: 13.91 g; Sód: 1327.96 mg;	Wartość energetyczna: 1781.06 kcal; Białko ogółem: 70.28 g; Tłuszcz: 48.16 g; Kw. tł. nasy.: 14.58 g; Węglowodany ogółem: 283.78 g; W tym cukry: 97.41 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sód: 2090.79 mg;	Wartość energetyczna: 2293.00 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tł. nasy.: 15.82 g; Węglowodany ogółem: 342.41 g; W tym cukry: 99.55 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sód: 2150.72 mg;	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; Sód: 834.31 mg;	Wartość energetyczna: 1719.39 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 53.91 g; Kw. tł. nasy.: 11.46 g; Węglowodany ogółem: 247.82 g; W tym cukry: 34.72 g; Błonnik pok.: 32.97 g; Sód: 2301.86 mg;

		KRK- JP11 D12 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 D11 Papkowata	KRK- JP11 D07 Bogatobiałkowa	KRK- JP11 P01/1 Podstawowa 1-3 lat	KRK- JP11 P01/2 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 D01/WE Wegetariańska	KRK- JP11 Łatwostrawna WTO Wodorowy Test Oddechowy	KRK- JP11 D06 Bogatoresztkowa
2026-10-03 sobota	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 100 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<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>)	Platki jęczmienne na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU JECZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Platki jęczmienne na mleku 150 ml (<u>MLE, 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>) Parówki cieszyński- węd. wp. homog. wędz. parz. 70 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Ketchup 10 g (<u>SEL,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 180 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, 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 twarogu i koncentratu pomidorowego 80 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 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	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
	II ŚN				Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,</u>) Sliwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Obiad	Sonda Ob- ryżowa JP11 () 800 ml (<u>SEL,</u>)	Papka Ob- ryżowa JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Koperkowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 150 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 50 g Buraczki gotowane drobno tarte 50 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	Koperkowa z ryżem 250 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100 g Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Kompotowocowy* b/c 180 ml	Koperkowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z ciecierzycą 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100 g Buraczki gotowane drobno tarte 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	Koperkowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane drobno tarte b/c 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL,</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z ziołami 120 g (<u>MLE,</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 80 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE,</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 20 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 80 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z soczewicy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z soczewicy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)		Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2228.00 kcal; Białko ogółem: 136.74 g; Tłuszcz: 91.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 229.67 g; W tym cukry: 70.69 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sód: 2594.12 mg;	Wartość energetyczna: 2207.97 kcal; Białko ogółem: 131.56 g; Tłuszcz: 86.54 g; Kw. tł. nasy.: 37.17 g; Węglowodany ogółem: 238.05 g; W tym cukry: 65.59 g; Błonnik pok.: 23.11 g; Sód: 2467.45 mg;	Wartość energetyczna: 2192.13 kcal; Białko ogółem: 108.96 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.07 g; Węglowodany ogółem: 293.79 g; W tym cukry: 68.98 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sód: 3650.77 mg;	Wartość energetyczna: 1451.90 kcal; Białko ogółem: 67.82 g; Tłuszcz: 60.02 g; Kw. tł. nasy.: 18.33 g; Węglowodany ogółem: 169.59 g; W tym cukry: 63.66 g; Błonnik pok.: 15.14 g; Sód: 2028.17 mg;	Wartość energetyczna: 1867.20 kcal; Białko ogółem: 76.33 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 254.34 g; W tym cukry: 69.80 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sód: 2851.64 mg;	Wartość energetyczna: 1974.41 kcal; Białko ogółem: 73.71 g; Tłuszcz: 49.53 g; Kw. tł. nasy.: 11.13 g; Węglowodany ogółem: 332.17 g; W tym cukry: 70.06 g; Błonnik pok.: 34.07 g; Sód: 2655.54 mg;	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; Sód: 834.31 mg;	Wartość energetyczna: 1936.27 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 59.60 g; Kw. tł. nasy.: 12.89 g; Węglowodany ogółem: 285.11 g; W tym cukry: 34.30 g; Błonnik pok.: 34.16 g; Sód: 2903.68 mg;

2026-10-04 niedziela	Śniadanie	KRK- JP11 D12 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 D11 Papkowata	KRK- JP11 D07 Bogatobiałkowa	KRK- JP11 P01/1 Podstawowa 1-3 lat	KRK- JP11 P01/2 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 D01/WE Wegetariańska	KRK- JP11 Łatwostrawna WTO Wodorowy Test Oddechowy	KRK- JP11 D06 Bogatoresztkowa
		Sonda Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g	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 1szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 40 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 15 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.) 1szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 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 1szt Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 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	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Twarożek 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
	Obiad	Sonda Ob-rosół z makaronem JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)	Papka Ob-rosół z makaronem JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Rosół z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 150 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Buraczki gotowane z olejem 50 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 150 ml	Rosół z makaronem 250 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g Kompotowocowy* b/c 180 ml	Gryskowa 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kolekt z jaj 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 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 Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Szyńka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 100 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szyńka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szyńka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Hummus 80 g (<u>SEZ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szyńka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt		Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok wieloowocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Szyńkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2327.83 kcal; Białko ogółem: 140.17 g; Tłuszcz: 91.18 g; Kw. tł. nasy.: 35.90 g; Węglowodany ogółem: 257.45 g; W tym cukry: 91.71 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sód: 1521.85 mg;	Wartość energetyczna: 2297.19 kcal; Białko ogółem: 132.75 g; Tłuszcz: 85.94 g; Kw. tł. nasy.: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 266.29 g; W tym cukry: 86.47 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sód: 1396.72 mg;	Wartość energetyczna: 2550.10 kcal; Białko ogółem: 132.56 g; Tłuszcz: 87.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 329.42 g; W tym cukry: 87.78 g; Błonnik pok.: 21.97 g; Sód: 3520.47 mg;	Wartość energetyczna: 1540.22 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 62.54 g; Kw. tł. nasy.: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 164.72 g; W tym cukry: 42.13 g; Błonnik pok.: 12.51 g; Sód: 1404.49 mg;	Wartość energetyczna: 2084.60 kcal; Białko ogółem: 112.07 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.53 g; Węglowodany ogółem: 257.76 g; W tym cukry: 51.89 g; Błonnik pok.: 20.36 g; Sód: 2491.98 mg;	Wartość energetyczna: 2392.85 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 89.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 336.29 g; W tym cukry: 75.49 g; Błonnik pok.: 24.98 g; Sód: 3469.08 mg;	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; Sód: 834.31 mg;	Wartość energetyczna: 2074.23 kcal; Białko ogółem: 131.07 g; Tłuszcz: 72.47 g; Kw. tł. nasy.: 19.64 g; Węglowodany ogółem: 253.98 g; W tym cukry: 37.59 g; Błonnik pok.: 29.77 g; Sód: 3038.52 mg;

2026-10-05 poniedziałek	Śniadanie	KRK- JP11 D12 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 D11 Papkowata	KRK- JP11 D07 Bogatobiałkowa	KRK- JP11 P01/1 Podstawowa 1-3 lat	KRK- JP11 P01/2 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 D01/WE Wegetariańska	KRK- JP11 Łatwostrawna WTO Wodorowy Test Oddechowy	KRK- JP11 D06 Bogatoresztkowa
		Sonda Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 120 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 20 g Salata zielona 15 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 180 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</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 Kawa zbożowa z makiem/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	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
	II ŚN				Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	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>)	Wielowarzynna z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 150 g (<u>MLE,</u>) Kompotowocowy* 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 kiszzonej 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	Kapuśniak z kapusty kiszzonej 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>) Mus z brzoskwiń 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL,</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 150 g (<u>MLE,</u>) Pasta z brokuła * 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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>) Pasta z brokuła * 20 g Mix salat 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 150 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 180 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 rzodkiewki 80 g (<u>MLE,</u>) Pasta z brokuła * 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i rzodkiewki 80 g (<u>MLE,</u>) Pasta z brokuła * 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)		Przecier owocowy jablko-truskawka 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml					
		Wartość energetyczna: 2134.53 kcal; Białko ogółem: 136.65 g; Tłuszcz: 91.21 g; Kw. tł. nasy.: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 208.77 g; W tym cukry: 72.75 g; Błonnik pok.: 31.52 g; Sód: 2612.25 mg;	Wartość energetyczna: 2151.09 kcal; Białko ogółem: 131.44 g; Tłuszcz: 86.42 g; Kw. tł. nasy.: 37.12 g; Węglowodany ogółem: 225.37 g; W tym cukry: 66.82 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sód: 2478.16 mg;	Wartość energetyczna: 2230.63 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 323.75 g; W tym cukry: 74.03 g; Błonnik pok.: 21.31 g; Sód: 3538.59 mg;	Wartość energetyczna: 1316.53 kcal; Białko ogółem: 39.17 g; Tłuszcz: 34.75 g; Kw. tł. nasy.: 13.02 g; Węglowodany ogółem: 222.38 g; W tym cukry: 106.99 g; Błonnik pok.: 13.71 g; Sód: 1315.59 mg;	Wartość energetyczna: 1968.85 kcal; Białko ogółem: 67.16 g; Tłuszcz: 53.24 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 322.50 g; W tym cukry: 116.28 g; Błonnik pok.: 20.11 g; Sód: 2493.34 mg;	Wartość energetyczna: 1931.33 kcal; Białko ogółem: 70.57 g; Tłuszcz: 56.36 g; Kw. tł. nasy.: 17.66 g; Węglowodany ogółem: 303.06 g; W tym cukry: 68.22 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sód: 2707.66 mg;	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; Sód: 834.31 mg;	Wartość energetyczna: 1740.45 kcal; Białko ogółem: 73.39 g; Tłuszcz: 50.59 g; Kw. tł. nasy.: 12.55 g; Węglowodany ogółem: 275.18 g; W tym cukry: 41.05 g; Błonnik pok.: 33.50 g; Sód: 3056.44 mg;

		KRK- JP11 D12 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 D11 Papkowata	KRK- JP11 D07 Bogatobiałkowa	KRK- JP11 P01/1 Podstawowa 1-3 lat	KRK- JP11 P01/2 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 D01/WE Wegetariańska	KRK- JP11 Łatwostrawna WTO Wodorowy Test Oddechowy	KRK- JP11 D06 Bogatoresztkowa
2026-10-06 wtorek	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>)	Makaron drobny na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Makaron drobny na mleku/p 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 Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Makaron drobny na mleku/p 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>) Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 180 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Makaron drobny na mleku/p 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 Hummus zielony z ciecierzycy 80 g Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 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	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
	II ŚN				Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Sonda Ob-solferino JP11 () 800 ml (<u>SEL</u>)	Papka Ob-solferino JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Solferino 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Pieczeń ryżyska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Solferino 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ</u>) Pieczeń ryżyska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane 50 g Marchew gotowana z olejem 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 ryżyska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Buraczki gotowane 100 g Marchew gotowana z olejem 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 kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 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	Grochowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza gryczana 200 g Pieczeń ryżyska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo z natką pietruszki 80 g (<u>MLE</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z lososia i twarogu 40 g (<u>RYB, MLE</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z lososia i twarogu 80 g (<u>RYB, MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml	Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (<u>GLU PSZ</u>) 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 świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szprot w sosie pomidorowym 50 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL</u>)		Buleczka plecionka z makiem 40g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Buleczka plecionka z makiem 40g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Śliwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
		Wartość energetyczna: 2173.33 kcal; Białko ogółem: 138.89 g; Tłuszcz: 91.81 g; Kw. tł. nasy.: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 215.45 g; W tym cukry: 78.19 g; Błonnik pok.: 32.64 g; Sód: 2624.25 mg;	Wartość energetyczna: 2174.37 kcal; Białko ogółem: 132.78 g; Tłuszcz: 86.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.18 g; Węglowodany ogółem: 229.38 g; W tym cukry: 70.08 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sód: 2485.36 mg;	Wartość energetyczna: 2383.68 kcal; Białko ogółem: 111.79 g; Tłuszcz: 61.51 g; Kw. tł. nasy.: 15.54 g; Węglowodany ogółem: 365.15 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sód: 3331.65 mg;	Wartość energetyczna: 1322.45 kcal; Białko ogółem: 62.14 g; Tłuszcz: 36.05 g; Kw. tł. nasy.: 8.99 g; Węglowodany ogółem: 198.20 g; W tym cukry: 51.17 g; Błonnik pok.: 16.49 g; Sód: 1369.83 mg;	Wartość energetyczna: 1908.01 kcal; Białko ogółem: 84.14 g; Tłuszcz: 49.88 g; Kw. tł. nasy.: 15.12 g; Węglowodany ogółem: 296.93 g; W tym cukry: 54.80 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sód: 2183.25 mg;	Wartość energetyczna: 2404.35 kcal; Białko ogółem: 89.67 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 12.21 g; Węglowodany ogółem: 383.82 g; W tym cukry: 55.07 g; Błonnik pok.: 38.71 g; Sód: 2409.41 mg;	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; Sód: 834.31 mg;	Wartość energetyczna: 2202.96 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 74.55 g; Kw. tł. nasy.: 22.36 g; Węglowodany ogółem: 309.67 g; W tym cukry: 33.27 g; Błonnik pok.: 39.24 g; Sód: 3080.70 mg;

	KRK- JPil D12 Płynna wzmocniona	KRK- JPil D11 Papkowata	KRK- JPil D07 Bogatobiałkowa	KRK- JPil P01/1 Podstawowa 1-3 lat	KRK- JPil P01/2 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JPil D01/WE Wegetariańska	KRK- JPil Łatwostrawna WTO Wodorowy Test Oddechowy	KRK- JPil D06 Bogatoresztkowa
Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 160 g (<u>MLE</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<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>)	Ryż 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 Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kakao/p b/c 150 ml (<u>MLE</u>)	Ryż 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kakao/p b/c 180 ml (<u>MLE</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 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>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 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>)
II ŚN				Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,</u>) Sliwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
Obiad	Sonda Ob- grysikowa JPil () 800 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>)	Papka Ob- grysikowa JPil () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Krem z białych warzyw- dieta 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos bazylowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: SEL,</u>) Dymna duszona z marchewką* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z białych warzyw- dieta 150 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazylowy 30 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Marchew i cukinia gotowana z olejem* 50 g (<u>może zawierać: SEL,</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 150 ml	Krem z białych warzyw- dieta 250 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazylowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: SEL,</u>) Kompotowocowy* b/c 180 ml	Krem z białych warzyw- dieta 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Curry dyniowo-ziemniaczane z ciecierzycą 300 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: 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	Krem z białych warzyw- dieta 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazylowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: SEL,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml
PD				Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
Kolejacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL,</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) 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>) Cwikła z jabłkiem 20 g Sałata lodowa 15 g 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>) Cwikła z jabłkiem 20 g Sałata lodowa 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml	Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) 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>) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 180 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 Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 80 g (<u>SOJ,</u>) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Sok warzynno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt			Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Chleb Graham 60g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2250.63 kcal; Białko ogółem: 135.12 g; Tłuszcz: 90.32 g; Kw. tł. nasy.: 35.68 g; Węglowodany ogółem: 245.76 g; W tym cukry: 91.67 g; Błonnik pok.: 28.98 g; Sód: 1531.59 mg;	Wartość energetyczna: 2250.87 kcal; Białko ogółem: 129.72 g; Tłuszcz: 85.42 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 259.27 g; W tym cukry: 86.45 g; Błonnik pok.: 23.70 g; Sód: 1402.56 mg;	Wartość energetyczna: 2283.77 kcal; Białko ogółem: 127.86 g; Tłuszcz: 61.52 g; Kw. tł. nasy.: 14.37 g; Węglowodany ogółem: 321.83 g; W tym cukry: 88.35 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sód: 3251.15 mg;	Wartość energetyczna: 1375.71 kcal; Białko ogółem: 66.98 g; Tłuszcz: 36.65 g; Kw. tł. nasy.: 9.08 g; Węglowodany ogółem: 202.61 g; W tym cukry: 80.36 g; Błonnik pok.: 15.17 g; Sód: 1806.72 mg;	Wartość energetyczna: 1744.64 kcal; Białko ogółem: 80.78 g; Tłuszcz: 44.13 g; Kw. tł. nasy.: 13.78 g; Węglowodany ogółem: 269.70 g; W tym cukry: 95.20 g; Błonnik pok.: 22.14 g; Sód: 2382.73 mg;	Wartość energetyczna: 1826.05 kcal; Białko ogółem: 68.38 g; Tłuszcz: 47.40 g; Kw. tł. nasy.: 8.72 g; Węglowodany ogółem: 301.49 g; W tym cukry: 88.08 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sód: 2621.37 mg;	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; Sód: 834.31 mg;	Wartość energetyczna: 1597.85 kcal; Białko ogółem: 90.91 g; Tłuszcz: 42.97 g; Kw. tł. nasy.: 8.47 g; Węglowodany ogółem: 241.77 g; W tym cukry: 29.99 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sód: 2906.82 mg;

2026-10-08 czwartek	Śniadanie	KRK- JP11 D12 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 D11 Papkowata	KRK- JP11 D07 Bogatobiałkowa	KRK- JP11 P01/1 Podstawowa 1-3 lat	KRK- JP11 P01/2 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 D01/WE Wegetariańska	KRK- JP11 Łatwostrawna WTO Wodorowy Test Oddechowy	KRK- JP11 D06 Bogatoresztkowa
		Sonda Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 100 g Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	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 1szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Salata zielona 15 g Kaka/p b/c 150 ml (<u>MLE,</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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kaka/p b/c 180 ml (<u>MLE,</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 1szt Ser żółty 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/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	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</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>)	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) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* 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 200 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>) Lazanki 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	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
					Nektarynka 1 szt 1szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL,</u>)	Papka Kol 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 100 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml	Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 180 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 1szt Pasztet z ciecierzycy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Pasztet z ciecierzycy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)			Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				Chleb Graham 60g (<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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Wartość energetyczna: 2143.20 kcal; Białko ogółem: 136.05 g; Tłuszcz: 91.01 g; Kw. tł. nasy.: 35.91 g; Węglowodany ogółem: 211.97 g; W tym cukry: 75.95 g; Błonnik pok.: 31.46 g; Sód: 2642.92 mg;	Wartość energetyczna: 2036.98 kcal; Białko ogółem: 127.96 g; Tłuszcz: 85.91 g; Kw. tł. nasy.: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 197.79 g; W tym cukry: 64.67 g; Błonnik pok.: 18.56 g; Sód: 2387.50 mg;	Wartość energetyczna: 2369.21 kcal; Białko ogółem: 119.12 g; Tłuszcz: 70.97 g; Kw. tł. nasy.: 18.71 g; Węglowodany ogółem: 327.85 g; W tym cukry: 55.28 g; Błonnik pok.: 22.18 g; Sód: 4424.80 mg;	Wartość energetyczna: 1288.59 kcal; Białko ogółem: 58.75 g; Tłuszcz: 42.08 g; Kw. tł. nasy.: 10.83 g; Węglowodany ogółem: 174.92 g; W tym cukry: 42.85 g; Błonnik pok.: 11.53 g; Sód: 1549.05 mg;	Wartość energetyczna: 1820.84 kcal; Białko ogółem: 85.57 g; Tłuszcz: 51.91 g; Kw. tł. nasy.: 16.72 g; Węglowodany ogółem: 264.74 g; W tym cukry: 51.36 g; Błonnik pok.: 18.79 g; Sód: 2827.20 mg;	Wartość energetyczna: 2272.09 kcal; Białko ogółem: 94.41 g; Tłuszcz: 72.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 333.34 g; W tym cukry: 48.77 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sód: 3088.74 mg;	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; Sód: 834.31 mg;	Wartość energetyczna: 1956.06 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 10.72 g; Węglowodany ogółem: 296.46 g; W tym cukry: 29.69 g; Błonnik pok.: 39.27 g; Sód: 3005.68 mg;

		KRK- JP1I D12 Płynna wzmocniona	KRK- JP1I D11 Papkowata	KRK- JP1I D07 Bogatobiałkowa	KRK- JP1I P01/1 Podstawowa 1-3 lat	KRK- JP1I P01/2 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP1I D01/WE Wegetariańska	KRK- JP1I Łatwostrawna WTO Wodorowy Test Oddechowy	KRK- JP1I D06 Bogatoresztkowa
2026-10-09 piątek	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Twarożek 100 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>)	Zacierka na mleku 150 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kakao/p b/c 150 ml (<u>MLE,</u>)	Zacierka na mleku 150 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1szt (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 2 szt Śliwka szt 2 szt Kakao/p b/c 180 ml (<u>MLE,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 75 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLUPSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Dżem 25 g 2 szt Śliwka szt 2 szt 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	Chleb Graham 100g (<u>GLUPSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt 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>)
	II ŚN				Jogurt truskawkowy 150g 1szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Sonda Ob-ryżowa JP1I () 800 ml (<u>SEL,</u>)	Papka Ob-ryżowa JP1I () 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Ryżowa 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Warzywa po grecku (bez cukru) 100 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem 150 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 100 g Pulpet rybny (Miruna) 90 g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos jarzynowy 30 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Warzywa po grecku 50 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 150 ml	Kalafiorowa z ryżem 250 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Miruna) 90 g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Warzywa po grecku (bez cukru) 100 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Kompotowocowy* b/c 180 ml	Kalafiorowa z ryżem 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pierogi ukraińskie z cebulką* 300 g (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez cukru) 100 g (<u>GLUPSZ, 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	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>GLUPSZ, SEL,</u>) Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku (bez cukru) 100 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLUPSZ, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL,</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Jogurt naturalny 100g 1szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor b/śkórki 20 g Mix салат 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLUPSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1szt (<u>SEL,</u>)			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1szt (<u>MLE,</u>) Podplomyki b/c 20 g (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
		Wartość energetyczna: 2228.00 kcal; Białko ogółem: 136.74 g; Tłuszcz: 91.39 g; Kw. tł. nasy.: 36.03 g; Węglowodany ogółem: 229.67 g; W tym cukry: 70.69 g; Błonnik pok.: 27.86 g; Sód: 2594.12 mg;	Wartość energetyczna: 2207.17 kcal; Białko ogółem: 131.49 g; Tłuszcz: 86.53 g; Kw. tł. nasy.: 37.17 g; Węglowodany ogółem: 237.91 g; W tym cukry: 65.58 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sód: 2467.28 mg;	Wartość energetyczna: 2172.15 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 64.66 g; Kw. tł. nasy.: 18.52 g; Węglowodany ogółem: 302.13 g; W tym cukry: 58.08 g; Błonnik pok.: 23.75 g; Sód: 2687.34 mg;	Wartość energetyczna: 1359.72 kcal; Białko ogółem: 68.01 g; Tłuszcz: 40.68 g; Kw. tł. nasy.: 12.48 g; Węglowodany ogółem: 191.97 g; W tym cukry: 78.53 g; Błonnik pok.: 13.26 g; Sód: 1440.40 mg;	Wartość energetyczna: 1827.96 kcal; Białko ogółem: 80.43 g; Tłuszcz: 47.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.22 g; Węglowodany ogółem: 289.02 g; W tym cukry: 92.42 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sód: 2230.39 mg;	Wartość energetyczna: 2209.13 kcal; Białko ogółem: 74.98 g; Tłuszcz: 67.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 342.69 g; W tym cukry: 78.18 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sód: 2367.81 mg;	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; Sód: 834.31 mg;	Wartość energetyczna: 1669.15 kcal; Białko ogółem: 90.30 g; Tłuszcz: 46.35 g; Kw. tł. nasy.: 11.48 g; Węglowodany ogółem: 252.70 g; W tym cukry: 33.21 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sód: 2570.14 mg;

		KRK- JP11 D12 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 D11 Papkowata	KRK- JP11 D07 Bogatobiałkowa	KRK- JP11 P01/1 Podstawowa 1-3 lat	KRK- JP11 P01/2 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 D01/WE Wegetariańska	KRK- JP11 Łatwostrawna WTO Wodorowy Test Oddechowy	KRK- JP11 D06 Bogatoresztkowa
2026-10-10 sobota	Śniadanie	Sonda Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 100 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, 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>)	Płatki pszenne 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 150 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki pszenne 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/p b/c 180 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki pszenne 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 Pasta z groszku zielonego b/ml 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z makiem/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	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, 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>)
	II ŚN				Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Obiad	Sonda Ob- ziemniaczana JP11 () 800 ml (<u>SEL,</u>)	Papka Ob- ziemniaczana JP11 () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Selerowa z ziemniakami 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Gulasz z udźca kurczaka 230 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami 150 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jaglana na sypko 100 g Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ,</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 Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ,</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 * 150 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 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	Selerowa z ziemniakami 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD				Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL,</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</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 Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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 150 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 Sałatka wiosenna () 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 180 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 wiosenna () 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałatka wiosenna () 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		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.: 30.32 g; Sód: 2248.25 mg;	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.: 24.64 g; Sód: 2115.76 mg;	Wartość energetyczna: 2178.39 kcal; Białko ogółem: 106.96 g; Tłuszcz: 72.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.41 g; Węglowodany ogółem: 292.76 g; W tym cukry: 44.84 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sód: 4581.45 mg;	Wartość energetyczna: 1237.72 kcal; Białko ogółem: 55.66 g; Tłuszcz: 34.85 g; Kw. tł. nasy.: 9.27 g; Węglowodany ogółem: 183.45 g; W tym cukry: 75.40 g; Błonnik pok.: 14.79 g; Sód: 1423.37 mg;	Wartość energetyczna: 1845.72 kcal; Białko ogółem: 83.35 g; Tłuszcz: 47.05 g; Kw. tł. nasy.: 15.41 g; Węglowodany ogółem: 287.71 g; W tym cukry: 89.95 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sód: 2808.34 mg;	Wartość energetyczna: 2020.23 kcal; Białko ogółem: 89.47 g; Tłuszcz: 54.61 g; Kw. tł. nasy.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 320.04 g; W tym cukry: 46.80 g; Błonnik pok.: 36.52 g; Sód: 3514.59 mg;	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; Sód: 834.31 mg;	Wartość energetyczna: 1737.31 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 45.38 g; Kw. tł. nasy.: 9.79 g; Węglowodany ogółem: 270.96 g; W tym cukry: 32.42 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sód: 3246.51 mg;

2026-10-11 niedziela	Śniadanie	KRK- JP11 D12 Płynna wzmocniona	KRK- JP11 D11 Papkowata	KRK- JP11 D07 Bogatobiałkowa	KRK- JP11 P01/1 Podstawowa 1-3 lat	KRK- JP11 P01/2 Podstawowa 4-9 lat	KRK- JP11 D01/WE Wegetariańska	KRK- JP11 Łatwostrawna WTO Wodorowy Test Oddechowy	KRK- JP11 D06 Bogatoresztkowa
		Sonda Śn 800 ml (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE,</u>)	Papka Śn 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 40 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>)	Kasza manna 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 Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor b/skórki 20 g Sałata zielona 15 g Kakao/p b/c 150 ml (<u>MLE,</u>)	Kasza manna 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>) Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao/p b/c 180 ml (<u>MLE,</u>)	Kasza manna 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 Ser żółty 60 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>)	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. o smaku naturalnym z ziołami 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>)
	II ŚN				Jogurt truskawkowy 100 g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	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>)	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 120 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 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 Falefale klopsiki z ciecierzycy 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kapusza zasmażana 100 g (<u>GLUPSZ,</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	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
	PD				Kisiel o smaku wiśniowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml				
	Kolacja	Sonda Kol () 800 ml (<u>JAJ, SEL,</u>)	Papka Kol () 800 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 100 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 15 g Pomidor b/skórki 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 150 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 180 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek z natką pietruszki 80 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na sypko 200 g Filet z kurczaka gotowany 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb Graham 100g (<u>GLU PSZ,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL,</u>)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna roślinna (80% tł.) 5 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2265.47 kcal; Białko ogółem: 142.93 g; Tłuszcz: 92.55 g; Kw. tł. nasy.: 36.24 g; Węglowodany ogółem: 230.40 g; W tym cukry: 72.82 g; Błonnik pok.: 28.23 g; Sód: 2593.85 mg;	Wartość energetyczna: 2229.65 kcal; Białko ogółem: 135.21 g; Tłuszcz: 87.23 g; Kw. tł. nasy.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 238.35 g; W tym cukry: 66.86 g; Błonnik pok.: 23.26 g; Sód: 2467.12 mg;	Wartość energetyczna: 2058.05 kcal; Białko ogółem: 120.88 g; Tłuszcz: 55.44 g; Kw. tł. nasy.: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 285.76 g; W tym cukry: 57.31 g; Błonnik pok.: 22.77 g; Sód: 3311.06 mg;	Wartość energetyczna: 1083.93 kcal; Białko ogółem: 48.23 g; Tłuszcz: 32.34 g; Kw. tł. nasy.: 8.87 g; Węglowodany ogółem: 156.56 g; W tym cukry: 49.28 g; Błonnik pok.: 10.81 g; Sód: 1205.58 mg;	Wartość energetyczna: 1616.30 kcal; Białko ogółem: 74.08 g; Tłuszcz: 40.82 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 252.11 g; W tym cukry: 60.21 g; Błonnik pok.: 20.88 g; Sód: 2314.26 mg;	Wartość energetyczna: 2051.41 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.40 g; Węglowodany ogółem: 308.17 g; W tym cukry: 56.85 g; Błonnik pok.: 23.38 g; Sód: 2676.92 mg;	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; Sód: 834.31 mg;	Wartość energetyczna: 1668.14 kcal; Białko ogółem: 103.49 g; Tłuszcz: 39.41 g; Kw. tł. nasy.: 9.58 g; Węglowodany ogółem: 255.75 g; W tym cukry: 30.95 g; Błonnik pok.: 30.72 g; Sód: 2895.12 mg;

2026-09-28 poniedziałek	Śniadanie	KRK- JP08 D08 Niskobiałkowa	KRK- JP08 D09 O zmiennej konsystencji (IDDSI 6)	KRK- JP08 D02/GL Bezglutenowa
		Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Filet zapiekany drobiowy 25 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Jabłka prażone b/c 50 g Kawa zbożowa z mlekimi/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb bezglutenowy [Por] x 100 g (<u>SEZ może zawierać: ORZ.</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
	II śni			
	Obiad	Dyniowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Sos bazylowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos bazylowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez glutenu) 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>MLE</u>) Sos bazylowy (bez glutenu)* 100 ml (<u>SEL.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (<u>SEL.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 1746.30 kcal; Białko ogółem: 62.56 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kw. tł. nasy.: 9.72 g; Węglowodany ogółem: 271.49 g; W tym cukry: 40.95 g; Błonnik pok.: 23.66 g; Sód: 2281.37 mg;	Wartość energetyczna: 2194.50 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 67.74 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 313.24 g; W tym cukry: 62.48 g; Błonnik pok.: 24.46 g; Sód: 3305.07 mg;	Wartość energetyczna: 1365.67 kcal; Białko ogółem: 55.11 g; Tłuszcz: 43.02 g; Kw. tł. nasy.: 6.62 g; Węglowodany ogółem: 203.13 g; W tym cukry: 38.49 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sód: 2076.27 mg;

2026-09-29 wtorek	Śniadanie	KRK- JP1I D08 Niskobiałkowa	KRK- JP1I D09 O zmienionej konsystencji (IDDSI 6)	KRK- JP1I D02/GL Bezglutenowa
		Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 40 g (<u>MŁE.</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MŁE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MŁE.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MŁE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)	Chleb bezglutenowy [Por] x 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MŁE.</u>) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II śni			
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ. MŁE. SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Seler z marchewką gotowany z natką z olejem 100 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (<u>GLU PSZ. MŁE. SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami (bez glutenu) 350 ml (<u>MŁE. SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Gulasz wołowy (bez glutenu) 150 g Seler z marchewką gotowany z natką z olejem 100 g (<u>SEL.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 25 g (<u>SOJ. GLU OW. może zawierać: MŁE. GOR. SÓŁ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 1749.41 kcal; Białko ogółem: 63.11 g; Tłuszcz: 47.09 g; Kw. tł. nasy.: 9.80 g; Węglowodany ogółem: 286.97 g; W tym cukry: 55.55 g; Błonnik pok.: 18.67 g; Sód: 1876.48 mg;	Wartość energetyczna: 2263.03 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 59.52 g; Kw. tł. nasy.: 14.96 g; Węglowodany ogółem: 348.60 g; W tym cukry: 92.15 g; Błonnik pok.: 18.66 g; Sód: 2482.10 mg;	Wartość energetyczna: 1459.85 kcal; Białko ogółem: 66.01 g; Tłuszcz: 42.14 g; Kw. tł. nasy.: 8.53 g; Węglowodany ogółem: 220.40 g; W tym cukry: 55.79 g; Błonnik pok.: 18.46 g; Sód: 1400.57 mg;

2026-09-30 środa	Śniadanie	KRK- JPII D08 Niskobiałkowa	KRK- JPII D09 O zmiennej konsystencji (IDDSI 6)	KRK- JPII D02/GL Bezglutenowa
		Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad	Jarzynowa z makaronem dieta 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy 40 g (<u>GLU PSZ. JAJ.</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 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>) Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem (bez glutenu) 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet drobiowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos pietruszkowy (bez glutenu) 100 ml (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			
	Kolejca	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 40 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (<u>RYB.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Paprykarz rybno (miruna)-warzywny() 80 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 1495.82 kcal; Białko ogółem: 51.29 g; Tłuszcz: 41.27 g; Kw. tł. nasy.: 7.97 g; Węglowodany ogółem: 244.42 g; W tym cukry: 36.12 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sód: 1953.67 mg;	Wartość energetyczna: 2036.03 kcal; Białko ogółem: 85.73 g; Tłuszcz: 55.24 g; Kw. tł. nasy.: 12.97 g; Węglowodany ogółem: 312.99 g; W tym cukry: 70.94 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sód: 2684.59 mg;	Wartość energetyczna: 1810.47 kcal; Białko ogółem: 69.55 g; Tłuszcz: 58.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.68 g; Węglowodany ogółem: 266.25 g; W tym cukry: 49.68 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sód: 1719.97 mg;

2026-10-01 czwartek	Śniadanie	KRK- JP1I D08 Niskobiałkowa	KRK- JP1I D09 O zmiennej konsystencji (IDDSI 6)	KRK- JP1I D02/GL Bezglutenowa
		Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Jabłka prażone b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb bezglutenowy [Por] x 100 g (<u>SEZ może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II Szt			
	Obiad	Ziemniaczana 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		Ziemniaczana (bez glutenu) 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Risotto z mięsem wieprz i warzywami 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 100 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałatka jarzynowa - dieta 80 g (<u>MLE, SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Wartość energetyczna: 1738.94 kcal; Białko ogółem: 67.65 g; Tłuszcz: 57.00 g; Kw. tł. nasy.: 11.26 g; Węglowodany ogółem: 253.28 g; W tym cukry: 23.86 g; Błonnik pok.: 22.70 g; Sód: 2764.66 mg;		Wartość energetyczna: 2143.67 kcal; Białko ogółem: 94.37 g; Tłuszcz: 67.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.45 g; Węglowodany ogółem: 304.39 g; W tym cukry: 52.90 g; Błonnik pok.: 25.19 g; Sód: 3251.38 mg;	

2026-10-02 piątek	Śniadanie	KRK- JP08 D08 Niskobiałkowa	KRK- JP08 D09 O zmiennej konsystencji (IDDSI 6)	KRK- JP08 D02/GL Bezglutenowa
		Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 150 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb bezglutenowy [Por] x 100 g (<u>SEZ może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek 40 g (<u>MLE</u>) Dżem 25 g 1 szt Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad	Krem z zielonych warzyw *) 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *) 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Krem z zielonych warzyw *) 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ, RYB.</u>) Sos koperkowy (bez glutenu) 100 ml (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn oprószany z olejem 100 g (<u>SEL.</u>) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 40 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g 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 Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 1679.36 kcal; Białko ogółem: 57.84 g; Tłuszcz: 49.72 g; Kw. tł. nasy.: 9.90 g; Węglowodany ogółem: 266.63 g; W tym cukry: 75.64 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sód: 1607.55 mg;	Wartość energetyczna: 2124.45 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz: 62.39 g; Kw. tł. nasy.: 14.88 g; Węglowodany ogółem: 315.86 g; W tym cukry: 99.18 g; Błonnik pok.: 22.38 g; Sód: 1978.40 mg;	Wartość energetyczna: 1370.83 kcal; Białko ogółem: 56.09 g; Tłuszcz: 46.89 g; Kw. tł. nasy.: 8.64 g; Węglowodany ogółem: 193.93 g; W tym cukry: 73.74 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sód: 981.45 mg;

2026-10-03 sobota	Śniadanie	KRK- JP08 D08 Niskobiałkowa Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ.</u> <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	KRK- JP08 D09 O zmiennej konsystencji (IDDSI 6) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ.</u> <u>może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>) 250 ml	KRK- JP08 D02/GL Bezglutenowa Chleb bezglutenowy [Por] x 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad	Koperkowa z ryżem 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml		Koperkowa z ryżem 350 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta (bezglutenu) 150 g Buraczki gotowane drobno tarte 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z ziołami 40 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 80 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g 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 Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Twarożek z ziołami 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna z koncentratem pomidorowym i olejem 80 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 1688.70 kcal; Białko ogółem: 68.51 g; Tłuszcz: 55.85 g; Kw. tł. nasy.: 12.70 g; Węglowodany ogółem: 243.82 g; W tym cukry: 45.48 g; Błonnik pok.: 21.13 g; Sód: 1982.42 mg;	Wartość energetyczna: 2072.20 kcal; Białko ogółem: 95.24 g; Tłuszcz: 65.96 g; Kw. tł. nasy.: 17.77 g; Węglowodany ogółem: 290.19 g; W tym cukry: 69.80 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sód: 2652.20 mg;	Wartość energetyczna: 1344.26 kcal; Białko ogółem: 63.10 g; Tłuszcz: 47.06 g; Kw. tł. nasy.: 10.39 g; Węglowodany ogółem: 179.67 g; W tym cukry: 44.87 g; Błonnik pok.: 21.03 g; Sód: 1592.43 mg;

2026-10-04 niedziela	Śniadanie	KRK- JP11 D08 Niskobiałkowa	KRK- JP11 D09 O zmienionej konsystencji (IDDSI 6)	KRK- JP11 D02/GL Bezglutenowa
		Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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 bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Potrawka drobiowa 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Szpinak (liście) gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml	Rosół z makaronem (bez glutenu) 350 ml (<u>SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udko gotowane 1szt. 210 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok warzywno-owocowy tłoczony 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 2072.78 kcal; Białko ogółem: 102.40 g; Tłuszcz: 73.57 g; Kw. tł. nasy.: 18.04 g; Węglowodany ogółem: 269.08 g; W tym cukry: 65.01 g; Błonnik pok.: 18.09 g; Sód: 2092.92 mg;	Wartość energetyczna: 2129.65 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 54.63 g; Kw. tł. nasy.: 14.44 g; Węglowodany ogółem: 342.19 g; W tym cukry: 102.61 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sód: 2400.97 mg;	Wartość energetyczna: 2296.90 kcal; Białko ogółem: 105.40 g; Tłuszcz: 86.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.94 g; Węglowodany ogółem: 293.49 g; W tym cukry: 75.56 g; Błonnik pok.: 23.25 g; Sód: 1801.38 mg;

2026-10-05 poniedziałek	Śniadanie	KRK- JP1I D08 Niskobiałkowa Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE, SEL. GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	KRK- JP1I D09 O zmiennej konsystencji (IDDSI 6) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE, SEL. GOR.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u>)	KRK- JP1I D02/GL Bezglutenowa Chleb bezglutenowy [Por] x 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami 350 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 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami (bez glutenu) 350 ml (<u>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 250 ml	
	PD			
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 40 g (<u>MLE</u>) Pasta z brokuła * 80 g Mix салат 20 g 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 Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pasta z brokuła * 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Pasta z brokuła * 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 1596.74 kcal; Białko ogółem: 47.11 g; Tłuszcz: 43.31 g; Kw. tł. nasy.: 9.33 g; Węglowodany ogółem: 267.76 g; W tym cukry: 50.43 g; Błonnik pok.: 16.41 g; Sód: 1776.83 mg;	Wartość energetyczna: 1957.90 kcal; Białko ogółem: 74.88 g; Tłuszcz: 54.29 g; Kw. tł. nasy.: 14.58 g; Węglowodany ogółem: 304.31 g; W tym cukry: 68.86 g; Błonnik pok.: 16.64 g; Sód: 2390.60 mg;	Wartość energetyczna: 1241.60 kcal; Białko ogółem: 42.81 g; Tłuszcz: 34.64 g; Kw. tł. nasy.: 7.08 g; Węglowodany ogółem: 199.17 g; W tym cukry: 49.78 g; Błonnik pok.: 15.90 g; Sód: 1376.52 mg;

2026-10-06 wtorek	Śniadanie	KRK- JP08 D08 Niskobiałkowa	KRK- JP09 D09 O zmiennej konsystencji (IDDSI 6)	KRK- JP02 D02/GL Bezglutenowa
		Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ, MLE, SEL. GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron drobny na mleku/p 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 25 g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb bezglutenowy [Por] x 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad	Solferino 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g 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>) Klopsik wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Solferino (bez glutenu) 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy (bez glutenu) 90 g (<u>JAJ.</u>) Sos ziołowy (bez glutenu) 100 ml (<u>SEL.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Serek homo z natką pietruszki 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Serek homo z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Serek homo z natką pietruszki 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Buleczka plecionka z makiem 40g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Wartość energetyczna: 1751.21 kcal; Białko ogółem: 59.19 g; Tłuszcz: 44.69 g; Kw. tł. nasy.: 9.54 g; Węglowodany ogółem: 294.40 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 24.98 g; Sód: 2038.53 mg;	Wartość energetyczna: 2339.18 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 56.66 g; Kw. tł. nasy.: 12.03 g; Węglowodany ogółem: 371.22 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 25.47 g; Sód: 2498.00 mg;	Wartość energetyczna: 1287.42 kcal; Białko ogółem: 67.21 g; Tłuszcz: 43.85 g; Kw. tł. nasy.: 8.68 g; Węglowodany ogółem: 167.25 g; W tym cukry: 37.52 g; Błonnik pok.: 20.19 g; Sód: 2660.70 mg;	

2026-10-07 środa	Śniadanie	KRK- JP1I D08 Niskobiałkowa	KRK- JP1I D09 O zmienionej konsystencji (IDDSI 6)	KRK- JP1I D02/GL Bezglutenowa
		Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Jabłka prażone b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad	Krem z białych warzyw- dieta 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Sos bazyliowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: SEL</u>)	Krem z białych warzyw- dieta 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazyliowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: SEL</u>)	Krem z białych warzyw- dieta 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Filet z kurczaka gotowany 90 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 100 ml (<u>SEL</u>) Dynia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompotowocowy* b/c 250 ml Marchew i cukinia gotowana z olejem* 100 g (<u>może zawierać: SEL</u>)
	PD			
	Kolejacja	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Wartość energetyczna: 1642.14 kcal; Białko ogółem: 57.94 g; Tłuszcz: 43.20 g; Kw. tł. nasy.: 7.86 g; Węglowodany ogółem: 269.96 g; W tym cukry: 67.21 g; Błonnik pok.: 24.14 g; Sód: 1800.92 mg;		Wartość energetyczna: 2116.96 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 53.43 g; Kw. tł. nasy.: 12.02 g; Węglowodany ogółem: 324.88 g; W tym cukry: 96.09 g; Błonnik pok.: 25.64 g; Sód: 2361.35 mg;	

2026-10-08 czwartek	Śniadanie	KRK- JP11 D08 Niskobiałkowa	KRK- JP11 D09 O zmienionej konsystencji (IDDSI 6)	KRK- JP11 D02/GL Bezglutenowa
		Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) 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 Dżem 25 g 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad	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 (bez glutenu) () 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Makaron bezglutenowy 200 g Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 150 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 25 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SOJ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bulka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Buleczka pszenna 30g 1 szt (<u>GLU PSZ.</u>) Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bezglutenowe pieczywo chrupkie 20 g Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 1778.71 kcal; Białko ogółem: 68.93 g; Tłuszcz: 53.21 g; Kw. tł. nasy.: 10.49 g; Węglowodany ogółem: 268.23 g; W tym cukry: 30.88 g; Błonnik pok.: 18.44 g; Sód: 3340.29 mg;	Wartość energetyczna: 2249.23 kcal; Białko ogółem: 99.78 g; Tłuszcz: 65.70 g; Kw. tł. nasy.: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 326.39 g; W tym cukry: 66.03 g; Błonnik pok.: 17.07 g; Sód: 3216.26 mg;	Wartość energetyczna: 2062.82 kcal; Białko ogółem: 75.98 g; Tłuszcz: 67.68 g; Kw. tł. nasy.: 14.90 g; Węglowodany ogółem: 301.28 g; W tym cukry: 43.68 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sód: 2124.45 mg;

2026-10-09 piątek		KRK- JP11 D08 Niskobiałkowa	KRK- JP11 D09 O zmiennej konsystencji (IDDSI 6)	KRK- JP11 D02/GL Bezglutenowa
	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Dżem 25 g 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb bezglutenowy [Por] x 100 g (<u>SEZ może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Dżem 25 g 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad	Ryżowa 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Dorsz) 40 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) 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 (bez glutenu) 100 ml (<u>SEL.</u>) Warzywa po grecku (bez glutenu) 100 g (<u>SEL.</u>) Szpinak gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 40 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Pasta z białek, twarogu z natką pietruszki 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
		Wartość energetyczna: 1594.31 kcal; Białko ogółem: 49.67 g; Tłuszcz: 41.56 g; Kw. tł. nasy.: 8.34 g; Węglowodany ogółem: 272.03 g; W tym cukry: 67.88 g; Błonnik pok.: 20.91 g; Sód: 1633.17 mg;	Wartość energetyczna: 2028.76 kcal; Białko ogółem: 83.66 g; Tłuszcz: 54.14 g; Kw. tł. nasy.: 13.32 g; Węglowodany ogółem: 316.11 g; W tym cukry: 87.31 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sód: 2040.90 mg;	Wartość energetyczna: 1324.23 kcal; Białko ogółem: 50.54 g; Tłuszcz: 38.89 g; Kw. tł. nasy.: 7.03 g; Węglowodany ogółem: 206.48 g; W tym cukry: 66.83 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Sód: 1011.49 mg;

2026-10-10 sobota	Śniadanie	KRK- JPII D08 Niskobiałkowa Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE, SEL. GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	KRK- JPII D09 O zmiennej konsystencji (IDDSI 6) Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ. JAJ. MLE, SEL. GOR.</u>) Mus z brzoskwiń 50 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	KRK- JPII D02/GL Bezglutenowa Chleb bezglutenowy [Por] x 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynekowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad	Selerowa z ziemniakami 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jaglana na sypko 200 g Gulasz z udźca kurczaka 150 g (<u>GLU PSZ.</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 Gulasz z udźca kurczaka (bez glutenu) 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	
	PD			
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynekowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 25 g Sałatka wiosenna () 100 g 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 Szynekowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ketchup 10 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ. może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2 szt Szynekowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałatka wiosenna () 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 1646.81 kcal; Białko ogółem: 67.12 g; Tłuszcz: 49.15 g; Kw. tł. nasy.: 9.66 g; Węglowodany ogółem: 248.29 g; W tym cukry: 27.16 g; Błonnik pok.: 19.39 g; Sód: 2638.22 mg;	Wartość energetyczna: 1983.67 kcal; Białko ogółem: 93.20 g; Tłuszcz: 56.52 g; Kw. tł. nasy.: 13.85 g; Węglowodany ogółem: 288.62 g; W tym cukry: 47.24 g; Błonnik pok.: 19.66 g; Sód: 3661.00 mg;	Wartość energetyczna: 1294.45 kcal; Białko ogółem: 62.33 g; Tłuszcz: 39.64 g; Kw. tł. nasy.: 6.61 g; Węglowodany ogółem: 183.43 g; W tym cukry: 25.45 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sód: 2563.43 mg;

2026-10-11 niedziela	Śniadanie	KRK- JP08 D08 Niskobiałkowa Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 40 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	KRK- JP09 D09 O zmiennej konsystencji (IDDSI 6) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Jabłka prażone b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem/p b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	KRK- JP02 D02/GL Bezglutenowa Chleb bezglutenowy [Por] x 100 g (<u>SEZ może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN			
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 40 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>) Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez glutenu) 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab gotowany 90 g Sos własny (bez glutenu) 100 ml Bukiet warzyw gotowanych (march, kalafior, brokuł)* 200 g Kompotowocowy* b/c 250 ml
	PD			
	Kolacja	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 60 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ketchup 10 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 2szt Szynekowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 1461.71 kcal; Białko ogółem: 60.22 g; Tłuszcz: 35.54 g; Kw. tł. nasy.: 8.01 g; Węglowodany ogółem: 238.33 g; W tym cukry: 36.80 g; Błonnik pok.: 19.19 g; Sód: 1731.09 mg;	Wartość energetyczna: 1951.37 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 47.96 g; Kw. tł. nasy.: 13.23 g; Węglowodany ogółem: 289.10 g; W tym cukry: 64.52 g; Błonnik pok.: 20.00 g; Sód: 2389.67 mg;	Wartość energetyczna: 1183.63 kcal; Białko ogółem: 70.03 g; Tłuszcz: 29.22 g; Kw. tł. nasy.: 5.97 g; Węglowodany ogółem: 170.25 g; W tym cukry: 34.59 g; Błonnik pok.: 19.25 g; Sód: 1388.89 mg;

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,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
Ener z B. - % energii z białka,
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,
Ener z W. - % energii z węglowodanów,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,