Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- BON D01 Podstawowa	KRK- BON D02 Łatwo strawna	KRK- BON D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- BON D05/D07 Łatwostrawna z ogr.tł/bogatobiał.	KRK- BON D03 Z ogr.łatwoprzys. węglowodanów	KRK- BON D03/D05 Z ogr.łatwoprzs.węgl./Z ogr.tł.	KRK- BON D07 Bogatobiałkowa
2026-11-09 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ser topiony 40 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ser topiony 40 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 80 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	II ŚN					Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 0,5 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Brokułowa z ryżem 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Curry dyniowe z ciecierzycą 150 g (***SEL,***) Surówka z marchwi z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Curry dyniowe z ciecierzycą 150 g (***SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet drobiowy 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos koperkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Gulasz warzywny z tofu dieta* 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD					Surówka z rzepy białej i jabłka () 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kalafior gotowany z olejem* 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z koperkiem 80 g (***RYB, MLE,***) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g	Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z koperkiem 80 g (***RYB, MLE,***) Pomidor 90 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z koperkiem 80 g (***RYB, MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Mix sałat 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z koperkiem 80 g (***RYB, MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z koperkiem 80 g (***RYB, MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z koperkiem 80 g (***RYB, MLE,***) Mix sałat 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i ryby got. (morszczuk) z koperkiem 80 g (***RYB, MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Mix sałat 10 g Pomidor 90 g
	PN	Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2193.48 kcal; Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz: 77.34 g; Kw. tł. nasy.: 37.85 g; Węglowodany ogółem: 305.37 g; W tym cukry: 65.61 g; Błonnik pok.: 31.58 g; Sód: 4076.38 mg;	Wartość energetyczna: 2190.47 kcal; Białko ogółem: 92.55 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 306.58 g; W tym cukry: 62.25 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sód: 3295.13 mg;	Wartość energetyczna: 2173.36 kcal; Białko ogółem: 110.09 g; Tłuszcz: 63.25 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 304.92 g; W tym cukry: 58.91 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sód: 3117.80 mg;	Wartość energetyczna: 2256.00 kcal; Białko ogółem: 122.22 g; Tłuszcz: 66.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 307.27 g; W tym cukry: 59.16 g; Błonnik pok.: 24.70 g; Sód: 3514.31 mg;	Wartość energetyczna: 2089.50 kcal; Białko ogółem: 85.77 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kw. tł. nasy.: 38.82 g; Węglowodany ogółem: 291.25 g; W tym cukry: 60.08 g; Błonnik pok.: 37.86 g; Sód: 4197.35 mg;	Wartość energetyczna: 2204.99 kcal; Białko ogółem: 115.17 g; Tłuszcz: 63.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 308.46 g; W tym cukry: 58.53 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sód: 3236.29 mg;	Wartość energetyczna: 2070.23 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.71 g; Węglowodany ogółem: 308.97 g; W tym cukry: 62.97 g; Błonnik pok.: 32.08 g; Sód: 3812.04 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- BON D01 Podstawowa	KRK- BON D02 Łatwo strawna	KRK- BON D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- BON D05/D07 Łatwostrawna z ogr.tł/bogatobiał.	KRK- BON D03 Z ogr.łatwoprzys. węglowodanów	KRK- BON D03/D05 Z ogr.łatwoprzs.węgl./Z ogr.tł.	KRK- BON D07 Bogatobiałkowa
2026-11-10 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser żółty 40 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 80 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Ser żółty 40 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 80 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN					Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos pietruszkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Solferino 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos pietruszkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, S02,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pietruszkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos pietruszkowy 100 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD					Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kasza manna z jabłkiem prażonym 150 g (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g (***SEL,***) Pasta warzywna 90 g (***SEL,***) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g (***SEL,***) Pasta warzywna 90 g (***SEL,***) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g (***SEL,***) Pasta warzywna 90 g (***SEL,***) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g (***SEL,***) Pasta warzywna 90 g (***SEL,***) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g (***SEL,***) Pasta warzywna 90 g (***SEL,***) Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***) Galaretka drobiowa z udźcem z kurczaka 100 g (***SEL,***) Pasta warzywna 90 g (***SEL,***) Sałata zielona 10 g
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2323.02 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 85.26 g; Kw. tł. nasy.: 41.08 g; Węglowodany ogółem: 292.41 g; W tym cukry: 63.17 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sód: 3802.18 mg;	Wartość energetyczna: 2332.91 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 75.89 g; Kw. tł. nasy.: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 306.83 g; W tym cukry: 68.44 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sód: 2605.88 mg;	Wartość energetyczna: 2226.11 kcal; Białko ogółem: 120.36 g; Tłuszcz: 61.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 305.63 g; W tym cukry: 69.50 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sód: 2428.28 mg;	Wartość energetyczna: 2301.32 kcal; Białko ogółem: 135.19 g; Tłuszcz: 63.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 305.97 g; W tym cukry: 69.60 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sód: 2765.54 mg;	Wartość energetyczna: 2453.44 kcal; Białko ogółem: 125.36 g; Tłuszcz: 90.26 g; Kw. tł. nasy.: 44.25 g; Węglowodany ogółem: 317.98 g; W tym cukry: 62.51 g; Błonnik pok.: 40.10 g; Sód: 4172.23 mg;	Wartość energetyczna: 2483.22 kcal; Białko ogółem: 135.95 g; Tłuszcz: 69.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 339.13 g; W tym cukry: 65.64 g; Błonnik pok.: 27.67 g; Sód: 2650.12 mg;	Wartość energetyczna: 2196.52 kcal; Białko ogółem: 130.61 g; Tłuszcz: 58.71 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 304.13 g; W tym cukry: 67.38 g; Błonnik pok.: 27.32 g; Sód: 3021.54 mg;

		KRK- BON D01 Podstawowa	KRK- BON D02 Łatwo strawna	KRK- BON D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- BON D05/D07 Łatwostrawna z ogr.tł/bogatobiał.	KRK- BON D03 Z ogr.łatwoprzys. węglowodanów	KRK- BON D03/D05 Z ogr.łatwoprzs.węgl./Z ogr.tł.	KRK- BON D07 Bogatobiałkowa
2026-11-11 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (***SOJ,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN					Kanapka z szynką i sałatą. (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kotlet mielony drobiowy - pieczony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ćwikła z chrzanem 200 g (***MLE, S02,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml			Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka Colesław b/c 200 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD					Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Koktajl wieloowocowy* b/c 250 ml (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 40 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa. 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 40 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa. 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 40 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa. 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 40 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa. 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 40 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa. 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab na maśle pieczony, wieprzowy, z dod.wodą, parzony 40 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR, S02,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Pasta marchewkowo-pomidorowa. 90 g Mix sałat 10 g
	PN	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml				Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2747.89 kcal; Białko ogółem: 117.82 g; Tłuszcz: 93.70 g; Kw. tł. nasy.: 34.94 g; Węglowodany ogółem: 379.57 g; W tym cukry: 108.94 g; Błonnik pok.: 34.26 g; Sód: 3280.06 mg;	Wartość energetyczna: 2368.32 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw. tł. nasy.: 33.35 g; Węglowodany ogółem: 343.77 g; W tym cukry: 107.56 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sód: 3246.37 mg;	Wartość energetyczna: 2261.52 kcal; Białko ogółem: 107.76 g; Tłuszcz: 57.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 342.57 g; W tym cukry: 108.62 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sód: 3068.77 mg;	Wartość energetyczna: 2300.16 kcal; Białko ogółem: 115.32 g; Tłuszcz: 58.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 342.82 g; W tym cukry: 108.83 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sód: 3505.57 mg;	Wartość energetyczna: 2497.65 kcal; Białko ogółem: 126.33 g; Tłuszcz: 78.87 g; Kw. tł. nasy.: 32.07 g; Węglowodany ogółem: 354.64 g; W tym cukry: 66.87 g; Błonnik pok.: 41.59 g; Sód: 3852.25 mg;	Wartość energetyczna: 2380.63 kcal; Białko ogółem: 122.17 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 343.00 g; W tym cukry: 76.94 g; Błonnik pok.: 31.21 g; Sód: 3685.17 mg;	Wartość energetyczna: 2231.82 kcal; Białko ogółem: 114.82 g; Tłuszcz: 55.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.75 g; Węglowodany ogółem: 342.87 g; W tym cukry: 106.64 g; Błonnik pok.: 31.40 g; Sód: 3801.92 mg;

		KRK- BON D01 Podstawowa	KRK- BON D02 Łatwo strawna	KRK- BON D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- BON D05/D07 Łatwostrawna z ogr.tł/bogatobiał.	KRK- BON D03 Z ogr.łatwoprzys. węglowodanów	KRK- BON D03/D05 Z ogr.łatwoprzs.węgl./Z ogr.tł.	KRK- BON D07 Bogatobiałkowa
2026-11-12 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 80 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 80 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN					Kanapka z szynką i sałatą. (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Bigos 300 g (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami 300 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami 300 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami 300 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami 300 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprz i warzywami 350 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD					Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa - dieta 90 g (***MLE, SEL,***) Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa - dieta 90 g (***MLE, SEL,***) Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa - dieta 90 g (***MLE, SEL,***) Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Sałata lodowa 10 g Sałatka jarzynowa - dieta 90 g (***MLE, SEL,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa - dieta 90 g (***MLE, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek z ziołami 80 g (***MLE,***) Sałatka jarzynowa - dieta 90 g (***MLE, SEL,***) Sałata lodowa 10 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml						
		Wartość energetyczna: 2303.39 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 87.84 g; Kw. tł. nasy.: 45.25 g; Węglowodany ogółem: 308.65 g; W tym cukry: 65.48 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sód: 5051.82 mg;	Wartość energetyczna: 2105.17 kcal; Białko ogółem: 90.92 g; Tłuszcz: 67.66 g; Kw. tł. nasy.: 34.40 g; Węglowodany ogółem: 295.56 g; W tym cukry: 70.55 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sód: 2568.93 mg;	Wartość energetyczna: 1998.37 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 53.36 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 294.36 g; W tym cukry: 71.61 g; Błonnik pok.: 21.25 g; Sód: 2391.33 mg;	Wartość energetyczna: 2101.07 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 57.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.55 g; Węglowodany ogółem: 307.59 g; W tym cukry: 72.05 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sód: 2823.09 mg;	Wartość energetyczna: 2272.30 kcal; Białko ogółem: 97.06 g; Tłuszcz: 79.93 g; Kw. tł. nasy.: 43.36 g; Węglowodany ogółem: 318.29 g; W tym cukry: 58.57 g; Błonnik pok.: 31.14 g; Sód: 3956.00 mg;	Wartość energetyczna: 2183.35 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 325.33 g; W tym cukry: 66.30 g; Błonnik pok.: 25.34 g; Sód: 2900.62 mg;	Wartość energetyczna: 2159.37 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.74 g; Węglowodany ogółem: 302.73 g; W tym cukry: 70.47 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sód: 3036.71 mg;

		KRK- BON D01 Podstawowa	KRK- BON D02 Łatwo strawna	KRK- BON D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- BON D05/D07 Łatwostrawna z ogr.tł/bogatobiał.	KRK- BON D03 Z ogr.łatwoprzys. węglowodanów	KRK- BON D03/D05 Z ogr.łatwoprzs.węgl./Z ogr.tł.	KRK- BON D07 Bogatobiałkowa
2026-11-13 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Dżem 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Dżem 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 80 g Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 80 g Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Mix sałat 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN					Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Dyniowa z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba panierowana pieczona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Dyniowa z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Dyniowa z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Dyniowa z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (***RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD					Sałatka szwedzka z olejem b/c 50 g (***GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Warzywa po grecku 50 g (***GLU PSZ, SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki i cebulą 80 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g
	PN	Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml				Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2680.57 kcal; Białko ogółem: 110.73 g; Tłuszcz: 95.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.27 g; Węglowodany ogółem: 363.43 g; W tym cukry: 103.04 g; Błonnik pok.: 28.35 g; Sód: 2753.61 mg;	Wartość energetyczna: 2460.92 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 79.54 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 339.04 g; W tym cukry: 90.95 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sód: 2787.36 mg;	Wartość energetyczna: 2328.43 kcal; Białko ogółem: 118.19 g; Tłuszcz: 60.52 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 339.09 g; W tym cukry: 93.83 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sód: 2498.56 mg;	Wartość energetyczna: 2330.92 kcal; Białko ogółem: 139.57 g; Tłuszcz: 64.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 310.02 g; W tym cukry: 64.91 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sód: 3342.85 mg;	Wartość energetyczna: 2435.17 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 94.95 g; Kw. tł. nasy.: 44.12 g; Węglowodany ogółem: 300.70 g; W tym cukry: 52.85 g; Błonnik pok.: 33.47 g; Sód: 4548.50 mg;	Wartość energetyczna: 2243.59 kcal; Białko ogółem: 131.07 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 304.05 g; W tym cukry: 53.59 g; Błonnik pok.: 25.10 g; Sód: 3003.14 mg;	Wartość energetyczna: 2402.61 kcal; Białko ogółem: 132.35 g; Tłuszcz: 81.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 307.13 g; W tym cukry: 61.00 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sód: 3711.65 mg;

		KRK- BON D01 Podstawowa	KRK- BON D02 Łatwo strawna	KRK- BON D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- BON D05/D07 Łatwostrawna z ogr.tł/bogatobiał.	KRK- BON D03 Z ogr.łatwoprzys. węglowodanów	KRK- BON D03/D05 Z ogr.łatwoprzs.węgl./Z ogr.tł.	KRK- BON D07 Bogatobiałkowa
2026-11-14 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 70 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pieś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pieś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pieś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 80 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pieś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pieś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pieś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 80 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN					Kanapka z szynką i sałatą. (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 230 g (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 200 g (***GLU PSZ,***) Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 230 g (***GLU PSZ,***) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD					Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 70 g (***GLU PSZ,***) Musztarda 20 g (***GOR,***) Sałata zielona 10 g Buraczki gotowane z olejem plastry 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Buraczki gotowane z olejem plastry 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Buraczki gotowane z olejem plastry 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Buraczki gotowane z olejem plastry 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Buraczki gotowane z olejem plastry 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 70 g (***GLU PSZ,***) Musztarda 20 g (***GOR,***) Buraczki gotowane z olejem plastry 90 g Sałata zielona 10 g
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt						
		Wartość energetyczna: 2984.69 kcal; Białko ogółem: 131.21 g; Tłuszcz: 135.65 g; Kw. tł. nasy.: 52.56 g; Węglowodany ogółem: 329.65 g; W tym cukry: 72.64 g; Błonnik pok.: 31.88 g; Sód: 4458.91 mg;	Wartość energetyczna: 2306.67 kcal; Białko ogółem: 108.86 g; Tłuszcz: 80.88 g; Kw. tł. nasy.: 35.70 g; Węglowodany ogółem: 301.38 g; W tym cukry: 71.77 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sód: 2764.41 mg;	Wartość energetyczna: 2179.11 kcal; Białko ogółem: 111.94 g; Tłuszcz: 67.09 g; Kw. tł. nasy.: 24.90 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; W tym cukry: 66.43 g; Błonnik pok.: 25.63 g; Sód: 2670.28 mg;	Wartość energetyczna: 2273.27 kcal; Białko ogółem: 125.18 g; Tłuszcz: 70.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 295.90 g; W tym cukry: 66.71 g; Błonnik pok.: 25.68 g; Sód: 3049.06 mg;	Wartość energetyczna: 2538.87 kcal; Białko ogółem: 125.42 g; Tłuszcz: 88.85 g; Kw. tł. nasy.: 38.34 g; Węglowodany ogółem: 340.28 g; W tym cukry: 58.99 g; Błonnik pok.: 38.37 g; Sód: 4040.93 mg;	Wartość energetyczna: 2364.09 kcal; Białko ogółem: 119.95 g; Tłuszcz: 72.76 g; Kw. tł. nasy.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 324.86 g; W tym cukry: 61.12 g; Błonnik pok.: 29.72 g; Sód: 3179.57 mg;	Wartość energetyczna: 2619.58 kcal; Białko ogółem: 127.68 g; Tłuszcz: 94.09 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 340.03 g; W tym cukry: 73.11 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sód: 3846.57 mg;

		KRK- BON D01 Podstawowa	KRK- BON D02 Łatwo strawna	KRK- BON D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- BON D05/D07 Łatwostrawna z ogr.tł/bogatobiał.	KRK- BON D03 Z ogr.łatwoprzys. węglowodanów	KRK- BON D03/D05 Z ogr.łatwoprzs.węgl./Z ogr.tł.	KRK- BON D07 Bogatobiałkowa
2026-11-15 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 80 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 40 g (***SOJ,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Polędwica premium- wędlina dr. średnio rozd. 80 g (***SOJ,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN					Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 230 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 230 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD					Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 50 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Marchew gotowana plastry 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml						
		Wartość energetyczna: 2450.08 kcal; Białko ogółem: 125.24 g; Tłuszcz: 88.28 g; Kw. tł. nasy.: 41.01 g; Węglowodany ogółem: 303.53 g; W tym cukry: 84.78 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sód: 3376.26 mg;	Wartość energetyczna: 2438.09 kcal; Białko ogółem: 126.70 g; Tłuszcz: 88.55 g; Kw. tł. nasy.: 41.02 g; Węglowodany ogółem: 296.91 g; W tym cukry: 77.43 g; Błonnik pok.: 24.37 g; Sód: 3259.17 mg;	Wartość energetyczna: 1997.47 kcal; Białko ogółem: 108.95 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 255.07 g; W tym cukry: 60.08 g; Błonnik pok.: 20.32 g; Sód: 2718.50 mg;	Wartość energetyczna: 2568.09 kcal; Białko ogółem: 154.15 g; Tłuszcz: 88.29 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 297.00 g; W tym cukry: 78.41 g; Błonnik pok.: 23.41 g; Sód: 3589.39 mg;	Wartość energetyczna: 2508.82 kcal; Białko ogółem: 135.53 g; Tłuszcz: 93.24 g; Kw. tł. nasy.: 44.15 g; Węglowodany ogółem: 309.67 g; W tym cukry: 62.65 g; Błonnik pok.: 32.61 g; Sód: 3757.05 mg;	Wartość energetyczna: 2407.84 kcal; Białko ogółem: 131.70 g; Tłuszcz: 77.68 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 307.09 g; W tym cukry: 62.78 g; Błonnik pok.: 24.56 g; Sód: 3264.71 mg;	Wartość energetyczna: 2711.23 kcal; Białko ogółem: 152.39 g; Tłuszcz: 111.48 g; Kw. tł. nasy.: 50.95 g; Węglowodany ogółem: 293.18 g; W tym cukry: 74.10 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sód: 4187.50 mg;

		KRK- BON D01 Podstawowa	KRK- BON D02 Łatwo strawna	KRK- BON D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- BON D05/D07 Łatwostrawna z ogr.tł/bogatobiał.	KRK- BON D03 Z ogr.łatwoprzys. węglowodanów	KRK- BON D03/D05 Z ogr.łatwoprzs.węgl./Z ogr.tł.	KRK- BON D07 Bogatobiałkowa
2026-11-16 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 80 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN					Kanapka z serem żółtym i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, ser żółty 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () z/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml				Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Pulpet wieprzowy 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pomidorowy 100 ml (***GLU PSZ,***) Brokuł gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD					Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (***MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 80 g (***SEL,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 80 g (***SEL,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 80 g (***SEL,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 80 g (***SEL,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 80 g (***SEL,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta mięsno-warzywna, z mięsa drobiowego udziec 80 g (***SEL,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g
	PN	Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2399.73 kcal; Białko ogółem: 91.73 g; Tłuszcz: 83.45 g; Kw. tł. nasy.: 40.94 g; Węglowodany ogółem: 337.99 g; W tym cukry: 75.00 g; Błonnik pok.: 23.08 g; Sód: 2739.19 mg;	Wartość energetyczna: 2330.45 kcal; Białko ogółem: 91.56 g; Tłuszcz: 73.48 g; Kw. tł. nasy.: 33.02 g; Węglowodany ogółem: 340.99 g; W tym cukry: 74.91 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sód: 2465.59 mg;	Wartość energetyczna: 2223.65 kcal; Białko ogółem: 94.52 g; Tłuszcz: 59.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 339.79 g; W tym cukry: 75.97 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sód: 2287.99 mg;	Wartość energetyczna: 2262.29 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz: 60.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 340.04 g; W tym cukry: 76.18 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sód: 2724.79 mg;	Wartość energetyczna: 2453.18 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 90.93 g; Kw. tł. nasy.: 48.89 g; Węglowodany ogółem: 331.61 g; W tym cukry: 67.50 g; Błonnik pok.: 35.01 g; Sód: 4033.63 mg;	Wartość energetyczna: 2290.10 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 61.87 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 342.27 g; W tym cukry: 69.72 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sód: 3361.23 mg;	Wartość energetyczna: 2586.67 kcal; Białko ogółem: 127.63 g; Tłuszcz: 92.08 g; Kw. tł. nasy.: 36.58 g; Węglowodany ogółem: 334.86 g; W tym cukry: 56.20 g; Błonnik pok.: 26.82 g; Sód: 3353.47 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- BON D01 Podstawowa	KRK- BON D02 Łatwo strawna	KRK- BON D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- BON D05/D07 Łatwostrawna z ogr.tł/bogatobiał.	KRK- BON D03 Z ogr.łatwoprzys. węglowodanów	KRK- BON D03/D05 Z ogr.łatwoprzs.węgl./Z ogr.tł.	KRK- BON D07 Bogatobiałkowa
2026-11-17 wtorek	Śniadanie	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 80 g Twarożek 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN					Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet drobiowy panierowany z udźca - pieczony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Jarzynowa z zacierką dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 230 g Sos bazyliowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Sos bazyliowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 230 g Sos bazyliowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Dynia duszona z marchewką z olejem * 200 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD					Sałatka z pomidorów i koperku 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Buraczki podprawiane -drobno tarte (bez cukru) () 50 g (***GLU PSZ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Ser topiony 40 g (***MLE,***) Pasta z brokuła * 90 g Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 90 g Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 90 g Sałata lodowa 10 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 90 g Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 90 g Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Pasta z brokuła * 90 g Sałata lodowa 10 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml						
		Wartość energetyczna: 2259.70 kcal; Białko ogółem: 91.95 g; Tłuszcz: 97.59 g; Kw. tł. nasy.: 40.06 g; Węglowodany ogółem: 269.02 g; W tym cukry: 53.46 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sód: 3158.26 mg;	Wartość energetyczna: 2218.01 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 85.49 g; Kw. tł. nasy.: 36.75 g; Węglowodany ogółem: 268.46 g; W tym cukry: 59.58 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sód: 3358.20 mg;	Wartość energetyczna: 2145.21 kcal; Białko ogółem: 118.21 g; Tłuszcz: 69.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 269.92 g; W tym cukry: 63.20 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sód: 3122.90 mg;	Wartość energetyczna: 2430.60 kcal; Białko ogółem: 151.54 g; Tłuszcz: 86.63 g; Kw. tł. nasy.: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 270.51 g; W tym cukry: 63.54 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sód: 3682.91 mg;	Wartość energetyczna: 2299.81 kcal; Białko ogółem: 118.01 g; Tłuszcz: 92.55 g; Kw. tł. nasy.: 38.59 g; Węglowodany ogółem: 277.37 g; W tym cukry: 46.88 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sód: 3669.53 mg;	Wartość energetyczna: 2339.02 kcal; Białko ogółem: 128.22 g; Tłuszcz: 75.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.22 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; W tym cukry: 60.11 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sód: 3349.76 mg;	Wartość energetyczna: 2401.83 kcal; Białko ogółem: 131.22 g; Tłuszcz: 99.06 g; Kw. tł. nasy.: 40.62 g; Węglowodany ogółem: 265.62 g; W tym cukry: 58.56 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sód: 3598.85 mg;

		KRK- BON D01 Podstawowa	KRK- BON D02 Łatwo strawna	KRK- BON D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- BON D05/D07 Łatwostrawna z ogr.tł/bogatobiał.	KRK- BON D03 Z ogr.łatwoprzys. węglowodanów	KRK- BON D03/D05 Z ogr.łatwoprzs.węgl./Z ogr.tł.	KRK- BON D07 Bogatobiałkowa
2026-11-18 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 80 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Serek homogenizowany o smaku waniliowym 80 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 80 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g Serek homogenizowany o smaku waniliowym 80 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g Serek homogenizowany o smaku waniliowym 80 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN					Kanapka z szynką i sałatą. (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (***GLU JĘCZ,***) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos ziołowy 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD					Kalafior gotowany z olejem* 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 80 g (***RYB, SOJ,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 80 g (***RYB,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 80 g (***RYB,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 [Por] x 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 80 g (***RYB,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 80 g (***RYB, SOJ,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 [Por] x 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 80 g (***RYB,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 80 g (***RYB,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g
	PN	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml				Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2755.32 kcal; Białko ogółem: 105.18 g; Tłuszcz: 97.28 g; Kw. tł. nasy.: 40.90 g; Węglowodany ogółem: 384.25 g; W tym cukry: 109.67 g; Błonnik pok.: 32.87 g; Sód: 3899.30 mg;	Wartość energetyczna: 2655.42 kcal; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz: 76.28 g; Kw. tł. nasy.: 38.27 g; Węglowodany ogółem: 404.29 g; W tym cukry: 116.83 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sód: 2671.04 mg;	Wartość energetyczna: 2548.62 kcal; Białko ogółem: 108.77 g; Tłuszcz: 61.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.43 g; Węglowodany ogółem: 403.09 g; W tym cukry: 117.89 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sód: 2493.44 mg;	Wartość energetyczna: 2946.57 kcal; Białko ogółem: 129.44 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.47 g; Węglowodany ogółem: 467.36 g; W tym cukry: 119.12 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sód: 3522.08 mg;	Wartość energetyczna: 2598.87 kcal; Białko ogółem: 116.13 g; Tłuszcz: 90.76 g; Kw. tł. nasy.: 38.08 g; Węglowodany ogółem: 360.29 g; W tym cukry: 54.48 g; Błonnik pok.: 38.07 g; Sód: 4160.80 mg;	Wartość energetyczna: 2814.17 kcal; Białko ogółem: 130.72 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 436.56 g; W tym cukry: 65.14 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sód: 3476.95 mg;	Wartość energetyczna: 2692.57 kcal; Białko ogółem: 115.80 g; Tłuszcz: 77.39 g; Kw. tł. nasy.: 38.89 g; Węglowodany ogółem: 407.12 g; W tym cukry: 115.84 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sód: 3315.68 mg;

		KRK- BON D01 Podstawowa	KRK- BON D02 Łatwo strawna	KRK- BON D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- BON D05/D07 Łatwostrawna z ogr.tł/bogatobiał.	KRK- BON D03 Z ogr.łatwoprzys. węglowodanów	KRK- BON D03/D05 Z ogr.łatwoprzs.węgl./Z ogr.tł.	KRK- BON D07 Bogatobiałkowa
2026-11-19 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Ser topiony 40 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Ser topiony 40 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 40 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Schab Kruchy z Liszek- wieprzowy, parzony, wędzony 80 g (***SOJ, może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, S02,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN					Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatki 300 g (***GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,***) Banan 1szt. 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 230 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron pełnoziarnisty 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 200 g (***GLU PSZ,***) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 230 g (***GLU PSZ, SEL,***) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD					Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Marchew gotowana plastry 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Marchew gotowana plastry 90 g Sałata lodowa 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Marchew gotowana plastry 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Marchew gotowana plastry 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 [Por] x 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Marchew gotowana plastry 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z soczewicy () 70 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Marchew gotowana plastry 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Marchew gotowana plastry 90 g Mix sałat 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***) Marchew gotowana plastry 90 g Mix sałat 10 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml						
		Wartość energetyczna: 2489.04 kcal; Białko ogółem: 88.05 g; Tłuszcz: 98.33 g; Kw. tł. nasy.: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 324.12 g; W tym cukry: 87.76 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sód: 3471.59 mg;	Wartość energetyczna: 2296.20 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 86.46 g; Kw. tł. nasy.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 287.67 g; W tym cukry: 52.77 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sód: 2759.60 mg;	Wartość energetyczna: 2189.40 kcal; Białko ogółem: 107.98 g; Tłuszcz: 72.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; W tym cukry: 53.83 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sód: 2582.00 mg;	Wartość energetyczna: 2536.37 kcal; Białko ogółem: 120.30 g; Tłuszcz: 79.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 346.58 g; W tym cukry: 55.44 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sód: 3069.01 mg;	Wartość energetyczna: 2590.88 kcal; Białko ogółem: 103.42 g; Tłuszcz: 109.07 g; Kw. tł. nasy.: 43.85 g; Węglowodany ogółem: 326.52 g; W tym cukry: 49.25 g; Błonnik pok.: 44.35 g; Sód: 3333.19 mg;	Wartość energetyczna: 2383.61 kcal; Białko ogółem: 117.37 g; Tłuszcz: 79.41 g; Kw. tł. nasy.: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 311.10 g; W tym cukry: 50.23 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sód: 2831.21 mg;	Wartość energetyczna: 2337.49 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 89.87 g; Kw. tł. nasy.: 35.45 g; Węglowodany ogółem: 286.93 g; W tym cukry: 52.50 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sód: 3235.73 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- BON D01 Podstawowa	KRK- BON D02 Łatwo strawna	KRK- BON D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- BON D05/D07 Łatwostrawna z ogr.tł/bogatobiał.	KRK- BON D03 Z ogr.łatwoprzys. węglowodanów	KRK- BON D03/D05 Z ogr.łatwoprzs.węgl./Z ogr.tł.	KRK- BON D07 Bogatobiałkowa
2026-11-20 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Dżem 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Dżem 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 80 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 80 g Sałata lodowa 10 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN					Kanapka z szynką i sałatą. (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Krupnik jęczmienny 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba panierowana pieczona (Morszczuk) 100 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Krupnik jęczmienny 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (***RYB,***) Warzywa po grecku 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 100 g (***RYB,***) Warzywa po grecku 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (***RYB,***) Warzywa po grecku 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD					Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml (***może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (***JAJ, GOR,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z cebulą i koperkiem 80 g (***JAJ, GOR,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 1 Por (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 80 g (***JAJ, MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata zielona 10 g
	PN	Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml				Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2714.63 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 110.16 g; Kw. tł. nasy.: 42.83 g; Węglowodany ogółem: 341.55 g; W tym cukry: 90.69 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sód: 3020.03 mg;	Wartość energetyczna: 2419.24 kcal; Białko ogółem: 110.27 g; Tłuszcz: 80.73 g; Kw. tł. nasy.: 35.62 g; Węglowodany ogółem: 328.26 g; W tym cukry: 97.60 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sód: 2395.41 mg;	Wartość energetyczna: 2228.98 kcal; Białko ogółem: 109.87 g; Tłuszcz: 59.27 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; Węglowodany ogółem: 325.89 g; W tym cukry: 98.16 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sód: 2439.92 mg;	Wartość energetyczna: 2272.34 kcal; Białko ogółem: 116.51 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 325.89 g; W tym cukry: 98.16 g; Błonnik pok.: 23.72 g; Sód: 2486.29 mg;	Wartość energetyczna: 2401.70 kcal; Białko ogółem: 116.50 g; Tłuszcz: 97.60 g; Kw. tł. nasy.: 44.09 g; Węglowodany ogółem: 293.73 g; W tym cukry: 55.56 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sód: 4038.22 mg;	Wartość energetyczna: 2124.03 kcal; Białko ogółem: 119.47 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 295.54 g; W tym cukry: 56.98 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sód: 3398.98 mg;	Wartość energetyczna: 2261.80 kcal; Białko ogółem: 125.47 g; Tłuszcz: 82.15 g; Kw. tł. nasy.: 36.05 g; Węglowodany ogółem: 274.06 g; W tym cukry: 66.98 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sód: 3316.50 mg;

		KRK- BON D01 Podstawowa	KRK- BON D02 Łatwo strawna	KRK- BON D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- BON D05/D07 Łatwostrawna z ogr.tł/bogatobiał.	KRK- BON D03 Z ogr.łatwoprzys. węglowodanów	KRK- BON D03/D05 Z ogr.łatwoprzs.węgl./Z ogr.tł.	KRK- BON D07 Bogatobiałkowa
2026-11-21 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 70 g (***GLU PSZ,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Sałata lodowa 10 g Pomidor 90 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 80 g Twarożek 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Twarożek 80 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 70 g (***GLU PSZ,***) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	II ŚN					Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (***SEL,***) Ryż na sypko 200 g Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Koperkowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami 230 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (***SEL,***) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami 200 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 200 g Potrawka drobiowa z warzywami 230 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki gotowane drobno tarte z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD					Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 50 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Marchew gotowana z olejem 50 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pasztet z blachy- drobiowo wieprzowy 70 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Ogórek kiszony 90 g Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g		Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Ogórek kiszony 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Serek homo. naturalny 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 90 g
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt						
		Wartość energetyczna: 2477.30 kcal; Białko ogółem: 98.97 g; Tłuszcz: 94.65 g; Kw. tł. nasy.: 41.02 g; Węglowodany ogółem: 320.08 g; W tym cukry: 72.82 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sód: 3880.59 mg;	Wartość energetyczna: 2133.32 kcal; Białko ogółem: 97.34 g; Tłuszcz: 64.21 g; Kw. tł. nasy.: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 306.23 g; W tym cukry: 70.06 g; Błonnik pok.: 23.20 g; Sód: 2687.16 mg;	Wartość energetyczna: 2150.29 kcal; Białko ogółem: 106.35 g; Tłuszcz: 53.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 322.71 g; W tym cukry: 76.23 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sód: 2554.80 mg;	Wartość energetyczna: 2097.14 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 51.91 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 307.98 g; W tym cukry: 72.16 g; Błonnik pok.: 22.48 g; Sód: 2939.76 mg;	Wartość energetyczna: 2290.36 kcal; Białko ogółem: 103.23 g; Tłuszcz: 72.59 g; Kw. tł. nasy.: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 332.49 g; W tym cukry: 64.99 g; Błonnik pok.: 36.00 g; Sód: 3591.48 mg;	Wartość energetyczna: 2340.55 kcal; Białko ogółem: 115.76 g; Tłuszcz: 60.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 346.91 g; W tym cukry: 71.82 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sód: 2788.83 mg;	Wartość energetyczna: 2209.79 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 73.04 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 308.82 g; W tym cukry: 69.41 g; Błonnik pok.: 26.72 g; Sód: 3011.84 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-09 do dnia 2026-11-22 KUCHNIA KRAKÓW ŚNIADECKICH

		KRK- BON D01 Podstawowa	KRK- BON D02 Łatwo strawna	KRK- BON D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	KRK- BON D05/D07 Łatwostrawna z ogr.tł/bogatobiał.	KRK- BON D03 Z ogr.łatwoprzys. węglowodanów	KRK- BON D03/D05 Z ogr.łatwoprzs.węgl./Z ogr.tł.	KRK- BON D07 Bogatobiałkowa
2026-11-22 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Mix sałat 10 g	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 80 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 20 g (***MLE,***) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 80 g (***może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Twarożek z koperkiem 80 g (***MLE,***) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	II ŚN					Kanapka z pasztetem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, pasztet 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, SEL, GOR, SEZ,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Pomidorowa z zacierką 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet schabowy - pieczony 100 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml		Pomidorowa z zacierką 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Schab gotowany 120 g Sos własny 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Schab gotowany 100 g Sos własny 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki gotowane 200 g Schab gotowany 120 g Sos własny 100 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	PD					Kanapka z szynką i sałatą. (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 80 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 80 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 80 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 60 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 2 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 80 g (***MLE,***) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (***SOJ,***) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 80 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 10 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml				Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2201.02 kcal; Białko ogółem: 94.62 g; Tłuszcz: 80.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 290.16 g; W tym cukry: 63.02 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sód: 2991.88 mg;	Wartość energetyczna: 2098.20 kcal; Białko ogółem: 107.50 g; Tłuszcz: 62.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.56 g; Węglowodany ogółem: 292.09 g; W tym cukry: 72.74 g; Błonnik pok.: 29.77 g; Sód: 3067.88 mg;	Wartość energetyczna: 2066.80 kcal; Białko ogółem: 110.53 g; Tłuszcz: 56.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 290.99 g; W tym cukry: 73.87 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sód: 2891.08 mg;	Wartość energetyczna: 2144.93 kcal; Białko ogółem: 125.46 g; Tłuszcz: 58.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.39 g; Węglowodany ogółem: 291.45 g; W tym cukry: 74.09 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sód: 3277.89 mg;	Wartość energetyczna: 2347.40 kcal; Białko ogółem: 128.17 g; Tłuszcz: 76.32 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 317.54 g; W tym cukry: 56.94 g; Błonnik pok.: 36.25 g; Sód: 3990.50 mg;	Wartość energetyczna: 2396.43 kcal; Białko ogółem: 136.15 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw. tł. nasy.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 336.02 g; W tym cukry: 70.55 g; Błonnik pok.: 34.01 g; Sód: 3344.88 mg;	Wartość energetyczna: 2024.63 kcal; Białko ogółem: 115.81 g; Tłuszcz: 59.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 279.20 g; W tym cukry: 64.59 g; Błonnik pok.: 32.61 g; Sód: 3468.78 mg;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
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 zawierajace 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 ogółemwg 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,