

		KRK- FRES D01 Podstawowa	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-14 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z kurczaka i warzyw + 80 g (<u>SEL.</u>) Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			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
	Obiad	Zupa pomidorowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron muszelki + 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem brokułowym pieczona dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka Colesław + 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron muszelki + 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem brokułowym pieczona dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron muszelki + 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem brokułowym pieczona dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka Colesław + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u>) Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron muszelki + 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem brokułowym pieczona dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 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 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna + 100 g (<u>SEL.</u>)
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką drobiową i sałatą. (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką drobiową i sałatą. (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2235.71 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 81.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 301.17 g; W tym cukry: 83.08 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sód: 3905.25 mg;	Wartość energetyczna: 2156.94 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz: 72.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 301.79 g; W tym cukry: 79.33 g; Błonnik pok.: 27.02 g; Sód: 4251.87 mg;	Wartość energetyczna: 2080.85 kcal; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 79.25 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 278.07 g; W tym cukry: 62.16 g; Błonnik pok.: 35.02 g; Sód: 3793.38 mg;	Wartość energetyczna: 2157.51 kcal; Białko ogółem: 87.58 g; Tłuszcz: 77.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 298.67 g; W tym cukry: 61.71 g; Błonnik pok.: 32.02 g; Sód: 4742.12 mg;

		KRK- FRES D01 Podstawowa	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-15 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M+ 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M+ 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M+ 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta ze schabu w ziołach + 80 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Sok pomidorowy 200 ml			
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty świderki + 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz z indyka dieta + 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron świderki + 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz z indyka dieta + 150 g Kalafior gotowany z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty świderki + 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz z indyka dieta + 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kalafior gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron świderki + 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Gulasz z indyka dieta + 150 g Kalafior gotowany z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Salatka z kaszą bulgur z kurczakiem i warzywami + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE.</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną. (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną. (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2204.78 kcal; Białko ogółem: 90.77 g; Tłuszcz: 63.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; Węglowodany ogółem: 337.50 g; W tym cukry: 83.55 g; Błonnik pok.: 28.99 g; Sód: 4033.63 mg;	Wartość energetyczna: 2182.69 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 343.00 g; W tym cukry: 79.59 g; Błonnik pok.: 25.13 g; Sód: 4112.07 mg;	Wartość energetyczna: 2174.01 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 71.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 311.59 g; W tym cukry: 47.93 g; Błonnik pok.: 39.93 g; Sód: 4571.05 mg;	Wartość energetyczna: 2434.21 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 75.17 g; Kw. tł. nasy.: 29.01 g; Węglowodany ogółem: 347.82 g; W tym cukry: 56.27 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sód: 5666.73 mg;

		KRK- FRES D01 Podstawowa	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-16 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 100 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II śN			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
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Schab gotowany + 80 g Sos własny dieta + 100 g Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Schab gotowany + 80 g Sos własny dieta + 100 g Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Schab gotowany + 80 g Sos własny dieta + 100 g Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Schab gotowany + 80 g Sos własny dieta + 100 g Buraki gotowane b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Koktajl wieloowocowy b/c + 150 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek pomidorowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek pomidorowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokuła + 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek pomidorowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek pomidorowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokuła + 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką drobiową i sałatą. (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką drobiową i sałatą. (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2256.35 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 69.27 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 331.17 g; W tym cukry: 77.75 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sód: 4683.02 mg;	Wartość energetyczna: 2388.32 kcal; Białko ogółem: 96.06 g; Tłuszcz: 74.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 350.50 g; W tym cukry: 79.01 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sód: 4459.48 mg;	Wartość energetyczna: 2204.58 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz: 70.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.45 g; Węglowodany ogółem: 322.69 g; W tym cukry: 66.44 g; Błonnik pok.: 36.84 g; Sód: 4959.81 mg;	Wartość energetyczna: 2282.40 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 65.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 346.72 g; W tym cukry: 59.90 g; Błonnik pok.: 32.78 g; Sód: 5037.00 mg;

		KRK- FRES D01 Podstawowa	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-17 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II SN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml			
	Obiad	Żurek z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 80 g Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 150 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 80 g Brokuł gotowany z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 80 g Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 100 g (<u>SEL,</u>) Brokuł gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 80 g Brokuł gotowany z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku pomarańczowym z jabłkiem b/c 150 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek ze słonecznikiem + 80 g (<u>MLE,</u>) Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE,</u>) Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek ze słonecznikiem + 80 g (<u>MLE,</u>) Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE,</u>) Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2188.52 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 79.42 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 279.34 g; W tym cukry: 59.22 g; Błonnik pok.: 27.10 g; Sód: 4687.23 mg;	Wartość energetyczna: 1959.82 kcal; Białko ogółem: 94.48 g; Tłuszcz: 52.45 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 293.42 g; W tym cukry: 58.17 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sód: 3958.47 mg;	Wartość energetyczna: 1786.17 kcal; Białko ogółem: 89.90 g; Tłuszcz: 58.42 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 251.49 g; W tym cukry: 37.42 g; Błonnik pok.: 33.59 g; Sód: 4853.09 mg;	Wartość energetyczna: 1829.71 kcal; Białko ogółem: 85.62 g; Tłuszcz: 51.43 g; Kw. tł. nasy.: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 273.41 g; W tym cukry: 42.43 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sód: 5095.81 mg;

		KRK- FRES D01 Podstawowa	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-18 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek malinowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek malinowy dieta + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem + 80 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem + 80 g (<u>MLE,</u>) Buraki gotowane z olejem puree + 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II śN			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
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Morszczuk pieczony 80g + 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Morszczuk pieczony 80g + 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szpinak gotowany z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Morszczuk pieczony 80g + 80 g (<u>RYB,</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy z olejem b/c + 100 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Morszczuk pieczony 80g + 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szpinak gotowany z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Sok pomidorowy 200 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziołami + 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziołami + 80 g (<u>MLE,</u>) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką drobiową i sałatą (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką drobiową i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2399.29 kcal; Białko ogółem: 101.39 g; Tłuszcz: 86.40 g; Kw. tł. nasy.: 42.31 g; Węglowodany ogółem: 320.27 g; W tym cukry: 92.65 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sód: 4367.42 mg;	Wartość energetyczna: 2194.73 kcal; Białko ogółem: 96.26 g; Tłuszcz: 73.33 g; Kw. tł. nasy.: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 298.62 g; W tym cukry: 81.68 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sód: 3904.66 mg;	Wartość energetyczna: 1865.22 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 67.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 253.94 g; W tym cukry: 54.79 g; Błonnik pok.: 33.91 g; Sód: 4608.35 mg;	Wartość energetyczna: 2062.75 kcal; Białko ogółem: 91.98 g; Tłuszcz: 68.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 286.88 g; W tym cukry: 61.63 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sód: 4788.46 mg;

		KRK- FRES D01 Podstawowa	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-19 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Schab pieczony cały na kanapki + 50 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 80 g (<u>SEL.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Schab pieczony cały na kanapki + 50 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Śliwka 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
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos marchewkowo-koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 150 g (<u>MLE, SO2</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos marchewkowo-koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos marchewkowo-koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 100 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, SO2</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Klopsik wieprzowy pieczony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos marchewkowo-koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE</u>) Pasta warzywna + 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową i sałatą (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką drobiową i sałatą. (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2149.61 kcal; Białko ogółem: 81.79 g; Tłuszcz: 68.24 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 320.27 g; W tym cukry: 84.13 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sód: 4045.07 mg;	Wartość energetyczna: 2062.18 kcal; Białko ogółem: 90.43 g; Tłuszcz: 60.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 304.14 g; W tym cukry: 76.20 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sód: 4403.33 mg;	Wartość energetyczna: 1908.79 kcal; Białko ogółem: 77.65 g; Tłuszcz: 63.99 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 284.90 g; W tym cukry: 54.04 g; Błonnik pok.: 36.64 g; Sód: 4348.26 mg;	Wartość energetyczna: 2071.56 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 69.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 288.82 g; W tym cukry: 49.56 g; Błonnik pok.: 28.22 g; Sód: 5664.89 mg;

		KRK- FRES D01 Podstawowa	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-20 niedziela	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 40 g Pasta z brokuła + 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN			Gruszka 1 szt. 150 g 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
	Obiad	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Kotlet z kurczaka nadziewany serem pieczony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Surówka żydowska z olejem b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Zrazik z kurczaka pieczony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos szpinakowy + 100 g (<u>MLE,</u>) Dynia pieczona z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Zrazik z kurczaka pieczony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos szpinakowy + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka żydowska z olejem b/c + 100 g Brokuł gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami dieta + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Zrazik z kurczaka pieczony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos szpinakowy + 100 g (<u>MLE,</u>) Dynia pieczona z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Sok pomidorowy 200 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE,</u>) Buraki gotowane z olejem puree + 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g.) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 1900.26 kcal; Białko ogółem: 81.17 g; Tłuszcz: 67.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 259.80 g; W tym cukry: 50.61 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sód: 4215.50 mg;	Wartość energetyczna: 1954.48 kcal; Białko ogółem: 81.17 g; Tłuszcz: 68.95 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 269.61 g; W tym cukry: 56.73 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sód: 4518.02 mg;	Wartość energetyczna: 1863.47 kcal; Białko ogółem: 86.99 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 256.31 g; W tym cukry: 51.78 g; Błonnik pok.: 35.99 g; Sód: 4668.77 mg;	Wartość energetyczna: 1996.77 kcal; Białko ogółem: 84.12 g; Tłuszcz: 66.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; Węglowodany ogółem: 286.60 g; W tym cukry: 61.03 g; Błonnik pok.: 31.34 g; Sód: 4937.75 mg;

		KRK- FRES D01 Podstawowa	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-21 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta jajeczno-brokulowa + 80 g (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta jajeczno-brokulowa + 80 g (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta jajeczno-brokulowa + 80 g (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta jajeczno-brokulowa + 80 g (<u>JAJ.</u>) Pasta warzywna + 100 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml			
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ryż biały + 200 g Marchew gotowana z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ryż biały + 200 g Marchew gotowana z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ryż brązowy + 200 g Marchew gotowana z olejem + 100 g Surówka z selera naciowego z koprem włoskim bez cukru + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Ryż biały + 200 g Marchew gotowana z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Koktajl truskawkowy b/c + 150 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek domowy waniliowy + 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek domowy waniliowy + 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (<u>MLE.</u>) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką drobiową z sałatą (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką drobiową z sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2420.80 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 69.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 384.13 g; W tym cukry: 110.67 g; Błonnik pok.: 34.60 g; Sód: 5073.63 mg;	Wartość energetyczna: 2388.35 kcal; Białko ogółem: 81.62 g; Tłuszcz: 65.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 391.01 g; W tym cukry: 111.80 g; Błonnik pok.: 34.52 g; Sód: 4390.14 mg;	Wartość energetyczna: 2192.39 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz: 80.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 306.21 g; W tym cukry: 46.97 g; Błonnik pok.: 40.15 g; Sód: 5814.42 mg;	Wartość energetyczna: 2220.77 kcal; Białko ogółem: 78.17 g; Tłuszcz: 69.83 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 341.96 g; W tym cukry: 54.09 g; Błonnik pok.: 32.57 g; Sód: 6068.13 mg;

		KRK- FRES D01 Podstawowa	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-22 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz z mintaja z warzywami + 80 g (<u>RYB, SOJ, SEL,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Makaron drobny na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz z mintaja z warzywami + 80 g (<u>RYB, SOJ, SEL,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz z mintaja z warzywami + 80 g (<u>RYB, SOJ, SEL,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz z mintaja z warzywami + 80 g (<u>RYB, SOJ, SEL,</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki + 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
	II ŚN			Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Zupa pieczarkowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL, S02,</u>) Makaron muszelki + 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Gulasz wołowy dieta + 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Buraki po francusku + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron muszelki + 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Gulasz wołowy dieta + 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Buraki gotowane z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pieczarkowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL, S02,</u>) Makaron muszelki + 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Gulasz wołowy dieta + 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Buraki gotowane z olejem + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z brzoskwinia z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Makaron muszelki + 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Gulasz wołowy dieta + 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Buraki gotowane z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			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
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasztecik wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Twarożek z natką pietruszki + 30 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z natką pietruszki + 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z natką pietruszki + 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek z natką pietruszki + 80 g (<u>MLE,</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
PN		Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką drobiową z salata, (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2214.76 kcal; Białko ogółem: 96.80 g; Tłuszcz: 70.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.64 g; Węglowodany ogółem: 314.95 g; W tym cukry: 84.83 g; Błonnik pok.: 23.89 g; Sód: 4353.81 mg;	Wartość energetyczna: 2098.19 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 54.39 g; Kw. tł. nasy.: 23.98 g; Węglowodany ogółem: 322.58 g; W tym cukry: 91.02 g; Błonnik pok.: 23.09 g; Sód: 3729.39 mg;	Wartość energetyczna: 1955.46 kcal; Białko ogółem: 89.91 g; Tłuszcz: 59.06 g; Kw. tł. nasy.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 291.62 g; W tym cukry: 70.59 g; Błonnik pok.: 33.25 g; Sód: 4030.12 mg;	Wartość energetyczna: 2035.73 kcal; Białko ogółem: 88.54 g; Tłuszcz: 58.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.82 g; Węglowodany ogółem: 305.91 g; W tym cukry: 63.93 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sód: 4979.97 mg;

		KRK- FRES D01 Podstawowa	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-23 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Salatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Salatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Salatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Salatka jarzynowa dieta + 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	II śN			Śliwka 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
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Zrazik wieprzowy pieczony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>) Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Zrazik wieprzowy pieczony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>) Fasolka szparagowa zielona gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Zrazik wieprzowy pieczony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>) Fasolka szparagowa zielona gotowana + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JĘCZ</u>) Zrazik wieprzowy pieczony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE</u>) Sok pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową i sałatą (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką drobiową i sałatą (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2227.72 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 63.49 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 346.30 g; W tym cukry: 77.42 g; Błonnik pok.: 31.74 g; Sód: 4441.77 mg;	Wartość energetyczna: 2286.88 kcal; Białko ogółem: 89.15 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 359.19 g; W tym cukry: 76.47 g; Błonnik pok.: 31.00 g; Sód: 4251.02 mg;	Wartość energetyczna: 2127.41 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 329.05 g; W tym cukry: 52.63 g; Błonnik pok.: 42.95 g; Sód: 5304.47 mg;	Wartość energetyczna: 2192.86 kcal; Białko ogółem: 85.26 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 345.20 g; W tym cukry: 52.68 g; Błonnik pok.: 35.94 g; Sód: 5962.71 mg;

		KRK- FRES D01 Podstawowa	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-24 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет z fasoli + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wieprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет z fasoli + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wieprzowy średnio rozdrobniony, pieczony 40 g Pasta warzywna z cukini i marchewki + 100 g (<u>SOJ</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	II ŚN			Gruszka 1 szt. 150 g 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
	Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL</u>) Makaron spaghetti + 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Kalafior gotowany z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Makaron spaghetti + 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL</u>) Kalafior gotowany z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Makaron spaghetti pełnoziarnisty + 200 g Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL</u>) Kalafior gotowany z olejem + 100 g Surówka z białej kapusty z marchwią z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Makaron spaghetti + 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (<u>SEL</u>) Dynia pieczona z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Sok pomidorowy 200 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z pieczonych buraków dieta + 30 g (<u>MLE</u>) Schab pieczony cały na kanapki + 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z pieczonych buraków dieta + 30 g (<u>MLE</u>) Schab pieczony cały na kanapki + 50 g Marchew gotowana plastry 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z pieczonych buraków dieta + 30 g (<u>MLE</u>) Schab pieczony cały na kanapki + 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Schab pieczony cały na kanapki + 50 g Pasta z pieczonych buraków dieta + 30 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana plastry 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką drobiową i sałatą (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką drobiową i sałatą (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2364.37 kcal; Białko ogółem: 102.74 g; Tłuszcz: 67.42 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 359.76 g; W tym cukry: 70.95 g; Błonnik pok.: 35.12 g; Sód: 4387.08 mg;	Wartość energetyczna: 2261.83 kcal; Białko ogółem: 99.87 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 343.55 g; W tym cukry: 70.96 g; Błonnik pok.: 30.84 g; Sód: 4573.86 mg;	Wartość energetyczna: 2103.94 kcal; Białko ogółem: 93.95 g; Tłuszcz: 74.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 300.15 g; W tym cukry: 61.59 g; Błonnik pok.: 44.16 g; Sód: 4932.09 mg;	Wartość energetyczna: 2339.97 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 74.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 351.10 g; W tym cukry: 64.45 g; Błonnik pok.: 39.35 g; Sód: 5397.93 mg;

		KRK- FRES D01 Podstawowa	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-25 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE,</u>) Powidla śliwkowe 30g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN			Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Pulpet z morskczuka na parze + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos szpinakowy + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 150 g (<u>MLE, S02,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Pulpet z morskczuka na parze + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos szpinakowy + 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Pulpet z morskczuka na parze + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos szpinakowy + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 100 g (<u>MLE, S02,</u>) Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Pulpet z morskczuka na parze + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos szpinakowy + 100 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M+ 1 szt (<u>JAJ,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M+ 1 szt (<u>JAJ,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M+ 1 szt (<u>JAJ,</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 80 g (<u>MLE,</u>) Sok marchwiowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
PN		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2173.70 kcal; Białko ogółem: 88.36 g; Tłuszcz: 66.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 320.36 g; W tym cukry: 87.43 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sód: 3808.61 mg;	Wartość energetyczna: 2085.33 kcal; Białko ogółem: 87.15 g; Tłuszcz: 60.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 312.77 g; W tym cukry: 78.76 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sód: 4169.48 mg;	Wartość energetyczna: 1875.72 kcal; Białko ogółem: 88.52 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kw. tł. nasy.: 25.57 g; Węglowodany ogółem: 262.20 g; W tym cukry: 51.17 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sód: 5056.20 mg;	Wartość energetyczna: 1913.15 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz: 53.13 g; Kw. tł. nasy.: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 286.13 g; W tym cukry: 57.07 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sód: 5454.46 mg;

2026-09-26 sobota

	KRK- FRES D01 Podstawowa	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta jajeczna z szynką + 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta jajeczna z szynką + 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta jajeczna z szynką + 80 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 40 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
II ŚN			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
Obiad	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Sos meksykański + 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ćwikła z chrzanem z olejem + 150 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Sos własny dieta + 100 g Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Sos meksykański + 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem + 100 g (<u>SEL.</u>) Ćwikła z chrzanem z olejem + 100 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Sos własny dieta + 100 g Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD			Salatka z makaronem pełnoziarnistym z kurczakiem i warzywami + 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany pomidorowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany pomidorowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany pomidorowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homogenizowany pomidorowy + 80 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2255.63 kcal; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 65.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.59 g; Węglowodany ogółem: 339.25 g; W tym cukry: 62.12 g; Błonnik pok.: 30.75 g; Sód: 4651.74 mg;	Wartość energetyczna: 2320.31 kcal; Białko ogółem: 95.42 g; Tłuszcz: 70.37 g; Kw. tł. nasy.: 26.03 g; Węglowodany ogółem: 344.26 g; W tym cukry: 65.49 g; Błonnik pok.: 31.42 g; Sód: 4767.76 mg;	Wartość energetyczna: 2281.31 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz: 72.91 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 338.03 g; W tym cukry: 56.03 g; Błonnik pok.: 41.81 g; Sód: 4274.57 mg;	Wartość energetyczna: 2231.54 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; W tym cukry: 52.13 g; Błonnik pok.: 33.25 g; Sód: 4857.97 mg;

		KRK- FRES D01 Podstawowa	KRK- FRES D02 Łatwostrawna	KRK- FRES D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KRK- FRES D03/D05 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów/łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-27 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z miruny z warzywami + 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z miruny z warzywami + 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z miruny z warzywami + 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z miruny z warzywami + 80 g (<u>RYB, SEL,</u>) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml			
	Obiad	Rosół + 340 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Makaron nitka z natką pietruszki + 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c + 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół + 340 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Makaron nitka z natką pietruszki + 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół + 340 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Makaron nitka z natką pietruszki + 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi i chrzanu b/c + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02,</u>) Brokuł gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół + 340 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Makaron nitka z natką pietruszki + 60 g (<u>GLU PSZ,</u>)
	PD	Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Porzeczkowy twaróg + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Porzeczkowy twaróg + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twaróg + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twaróg + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
PN		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, sałata zielona 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką drobiową i sałatą zieloną (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2165.98 kcal; Białko ogółem: 117.67 g; Tłuszcz: 62.09 g; Kw. tł. nasy.: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 303.53 g; W tym cukry: 72.98 g; Błonnik pok.: 29.37 g; Sód: 3915.47 mg;	Wartość energetyczna: 2111.83 kcal; Białko ogółem: 119.66 g; Tłuszcz: 53.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 303.52 g; W tym cukry: 69.38 g; Błonnik pok.: 27.60 g; Sód: 3694.70 mg;	Wartość energetyczna: 1965.37 kcal; Białko ogółem: 119.34 g; Tłuszcz: 59.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 266.28 g; W tym cukry: 51.75 g; Błonnik pok.: 33.57 g; Sód: 4780.48 mg;	Wartość energetyczna: 2000.20 kcal; Białko ogółem: 115.38 g; Tłuszcz: 51.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 286.67 g; W tym cukry: 54.78 g; Błonnik pok.: 25.98 g; Sód: 4951.28 mg;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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