

2026-09-28 poniedziałek	Śniadanie	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
		Platki pszenne 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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Platki pszenne 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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sok pomidorowy 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 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	Obiad	Zupa pomidorowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż biały + 60 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem warzywnym pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sos pieczeniowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy z olejem b/c + 150 g (<u>może zawierać: SEL, SEZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż biały + 60 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem warzywnym pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sos własny dieta + 100 g Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy z olejem b/c + 150 g (<u>może zawierać: SEL, SEZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż biały + 60 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem warzywnym pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sos pieczeniowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy z olejem b/c + 100 g (<u>może zawierać: SEL, SEZ.</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>) Ryż biały + 60 g Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem warzywnym pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sos własny dieta + 100 g Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
				Pieczona owsianka z malinami + 100 g (<u>MLE, GLU OW, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.</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>) 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>) Ser mozzarella 40 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna + 100 g (<u>SEL.</u>) 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. (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: 2158.26 kcal; Białko ogółem: 79.66 g; Tłuszcz: 81.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.16 g; Węglowodany ogółem: 294.46 g; W tym cukry: 65.23 g; Błonnik pok.: 25.40 g; Sód: 3957.77 mg;	Wartość energetyczna: 2164.00 kcal; Białko ogółem: 77.33 g; Tłuszcz: 78.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.58 g; Węglowodany ogółem: 298.53 g; W tym cukry: 63.46 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sód: 4034.74 mg;	Wartość energetyczna: 2132.18 kcal; Białko ogółem: 84.00 g; Tłuszcz: 83.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 286.61 g; W tym cukry: 56.95 g; Błonnik pok.: 33.53 g; Sód: 3908.15 mg;	Wartość energetyczna: 2227.90 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz: 78.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 312.71 g; W tym cukry: 58.24 g; Błonnik pok.: 30.22 g; Sód: 5019.32 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
2026-09-29 wtorek	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>) Pasta ze schabu w ziołach + 80 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>) Pasta ze schabu w ziołach + 80 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 ze schabu w ziołach + 80 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>) 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>) Ryż biały + 200 g Gulasz z indyka dieta + 150 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 150 g (<u>MLE, SO2,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż biały + 200 g Gulasz z indyka dieta + 150 g Cukinia gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż brązowy + 200 g Gulasz z indyka dieta + 150 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE, SO2,</u>) Cukinia gotowana + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Ryż biały + 200 g Gulasz z indyka dieta + 150 g Cukinia gotowana + 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 z cynamonem b/c + 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>) Jabłko 150 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 cynamonem b/c + 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>) Jabłko 150 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 cynamonem b/c + 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>) Jabłko 150 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 cynamonem b/c + 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2388.81 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 362.69 g; W tym cukry: 94.09 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sód: 4621.40 mg;	Wartość energetyczna: 2380.04 kcal; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 65.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 361.19 g; W tym cukry: 91.81 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sód: 4554.45 mg;	Wartość energetyczna: 2199.22 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 73.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 311.77 g; W tym cukry: 59.39 g; Błonnik pok.: 40.33 g; Sód: 4599.23 mg;	Wartość energetyczna: 2241.25 kcal; Białko ogółem: 96.19 g; Tłuszcz: 65.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 337.45 g; W tym cukry: 63.01 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sód: 5051.79 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
2026-09-30 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 10 g (MLE,) 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 (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 10 g (MLE,) 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 (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb Graham 90 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 10 g (MLE,) 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 (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 10 g (MLE,) 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 (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,)
	II śN			Gruszka 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Schab gotowany + 80 g Sos pietruszkowy + 100 g (MLE,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Schab gotowany + 80 g Sos pietruszkowy + 100 g (MLE,) Buraki gotowane + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Schab gotowany + 80 g Sos pietruszkowy + 100 g (MLE,) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Buraki gotowane + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Schab gotowany + 80 g Sos pietruszkowy + 100 g (MLE,) Buraki gotowane b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Koktajl wieloowocowy b/c + 150 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 10 g (MLE,) Serek homogenizowany pomidorowy + 80 g (MLE,) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 10 g (MLE,) Serek homogenizowany pomidorowy + 80 g (MLE,) Pasta z brokuła + 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb Graham 90 g (GLU PSZ,) Masło 83% tł. 10 g (MLE,) Serek homogenizowany pomidorowy + 80 g (MLE,) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło 83% tł. 10 g (MLE,) Serek homogenizowany pomidorowy + 80 g (MLE,) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: MLE, SEL, GOR,) 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 (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: MLE, SEL, GOR,) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2008.16 kcal; Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz: 63.35 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 285.25 g; W tym cukry: 66.83 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sód: 4283.01 mg;	Wartość energetyczna: 2029.18 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 58.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.91 g; Węglowodany ogółem: 299.42 g; W tym cukry: 77.25 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sód: 4327.44 mg;	Wartość energetyczna: 1917.07 kcal; Białko ogółem: 95.31 g; Tłuszcz: 60.51 g; Kw. tł. nasy.: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 276.59 g; W tym cukry: 58.25 g; Błonnik pok.: 33.90 g; Sód: 4447.53 mg;	Wartość energetyczna: 2013.55 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 297.39 g; W tym cukry: 61.48 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sód: 5007.40 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
2026-10-01 czwartek	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>) 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>)	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>) 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>) 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 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 dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 80 g Surówka Colesław + 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR, SO2.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem + 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 80 g Surówka Colesław + 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, SO2.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem + 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem + 150 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Śliwka 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g 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	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 z pieczonych warzyw dieta + 100 g (<u>SEL.</u>) 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: 1956.69 kcal; Białko ogółem: 87.72 g; Tłuszcz: 66.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 265.81 g; W tym cukry: 60.24 g; Błonnik pok.: 23.27 g; Sód: 3640.89 mg;	Wartość energetyczna: 1900.57 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 57.71 g; Kw. tł. nasy.: 26.09 g; Węglowodany ogółem: 273.77 g; W tym cukry: 61.77 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sód: 3635.02 mg;	Wartość energetyczna: 1818.02 kcal; Białko ogółem: 84.03 g; Tłuszcz: 64.11 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 250.97 g; W tym cukry: 55.47 g; Błonnik pok.: 31.10 g; Sód: 3536.15 mg;	Wartość energetyczna: 1876.87 kcal; Białko ogółem: 80.66 g; Tłuszcz: 54.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.29 g; Węglowodany ogółem: 283.37 g; W tym cukry: 64.30 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sód: 4613.92 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
2026-10-02 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>) Porzeczkowy twaróg + 80 g (<u>MLE,</u>) Banan 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>) Porzeczkowy twaróg + 80 g (<u>MLE,</u>) Banan 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>) Hummus paprykowy + 80 g (<u>SEZ,</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>) Twaróg 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 pieczone 150 g 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 koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydza, papryką czerwoną i koperkiem z olejem b/c + 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 koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE,</u>) Marchew gotowana plastry 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 koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydza, papryką czerwoną i koperkiem z olejem b/c + 100 g Marchew gotowana plastry 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 koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE,</u>) Marchew gotowana plastry 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: 2300.77 kcal; Białko ogółem: 102.62 g; Tłuszcz: 72.37 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 328.76 g; W tym cukry: 95.21 g; Błonnik pok.: 25.32 g; Sód: 4150.02 mg;	Wartość energetyczna: 2124.77 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 58.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 322.29 g; W tym cukry: 100.83 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sód: 3915.60 mg;	Wartość energetyczna: 1910.92 kcal; Białko ogółem: 82.70 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 269.94 g; W tym cukry: 55.41 g; Błonnik pok.: 37.67 g; Sód: 4681.21 mg;	Wartość energetyczna: 1933.89 kcal; Białko ogółem: 88.22 g; Tłuszcz: 56.48 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 289.59 g; W tym cukry: 67.37 g; Błonnik pok.: 30.27 g; Sód: 4839.12 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
2026-10-03 sobota	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 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>)	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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 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>) 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>) Poledwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II śN			Gruszka 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	Obiad	Zupa cukiniowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż biały + 200 g Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż brązowy + 200 g Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż biały + 200 g Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż biały + 200 g Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Pieczona owsianka jabłkowa dieta + 80 g (<u>JAJ, MLE, GLU OW.</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	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>) 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 (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: 2160.06 kcal; Białko ogółem: 79.49 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 352.77 g; W tym cukry: 84.05 g; Błonnik pok.: 34.50 g; Sód: 5075.04 mg;	Wartość energetyczna: 2063.15 kcal; Białko ogółem: 78.03 g; Tłuszcz: 53.57 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 338.17 g; W tym cukry: 78.22 g; Błonnik pok.: 29.61 g; Sód: 5315.49 mg;	Wartość energetyczna: 2081.25 kcal; Białko ogółem: 78.18 g; Tłuszcz: 64.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 328.98 g; W tym cukry: 56.40 g; Błonnik pok.: 48.53 g; Sód: 4656.25 mg;	Wartość energetyczna: 2131.12 kcal; Białko ogółem: 78.09 g; Tłuszcz: 60.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 342.63 g; W tym cukry: 53.38 g; Błonnik pok.: 34.11 g; Sód: 6511.18 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
2026-10-04 niedziela	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>) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 80 g (<u>SEL</u>) Papryka świeża 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>) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 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 warzyw i szynki drobiowej + 80 g (<u>SEL</u>) 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>) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 80 g (<u>SEL</u>) Pasta z brokuła + 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	II ŚN			Domowy kisiel truskawkowy b/c + 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Kotlet drobiowy panierowany z fileta z kurczaka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/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 ziołowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Surówka z marchwi 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>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Zrazik z kurczaka pieczony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos ziołowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c + 100 g Fasolka szparagowa zielona gotowana + 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 ziołowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Marchew gotowana 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>) Twarożek z ziołami + 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 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>) Twarożek z ziołami + 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 ziołami + 80 g (<u>MLE</u>) Buraki gotowane z olejem puree + 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 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: 1957.31 kcal; Białko ogółem: 83.33 g; Tłuszcz: 58.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.73 g; Węglowodany ogółem: 292.28 g; W tym cukry: 81.03 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sód: 4189.29 mg;	Wartość energetyczna: 1976.44 kcal; Białko ogółem: 81.17 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 293.05 g; W tym cukry: 81.85 g; Błonnik pok.: 24.99 g; Sód: 4170.64 mg;	Wartość energetyczna: 1793.83 kcal; Białko ogółem: 82.96 g; Tłuszcz: 60.84 g; Kw. tł. nasy.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 259.50 g; W tym cukry: 50.46 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sód: 5208.63 mg;	Wartość energetyczna: 1889.80 kcal; Białko ogółem: 78.99 g; Tłuszcz: 61.35 g; Kw. tł. nasy.: 24.69 g; Węglowodany ogółem: 277.17 g; W tym cukry: 49.61 g; Błonnik pok.: 30.51 g; Sód: 5268.78 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
2026-10-05 poniedziałek	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 jajeczno-brokulowa + 80 g (<u>JAJ,</u>) Papryka świeża 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 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>) 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>) Kurczak gotowany wyrób drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony, z dodatkiem białka wieprzowego i białek mleka 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, OZI, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pasta warzywna + 100 g (<u>SEL,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II SN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 200 ml	
	Obiad	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Naleśniki z serem białym + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR,</u>) Jabłka prażone + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Makaron świderki + 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Jabłka prażone + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Makaron pełnoziarnisty świderki + 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Jabłka prażone + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (<u>MLE,</u>) Makaron świderki + 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Jabłka prażone + 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>) 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>) 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 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 150 g 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	Kanapka z szynką drobiową z salata (bulka pszenna 45g, 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: 2516.82 kcal; Białko ogółem: 105.59 g; Tłuszcz: 78.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.00 g; Węglowodany ogółem: 364.46 g; W tym cukry: 124.46 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sód: 3085.84 mg;	Wartość energetyczna: 2323.92 kcal; Białko ogółem: 94.40 g; Tłuszcz: 64.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.73 g; Węglowodany ogółem: 360.26 g; W tym cukry: 100.96 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sód: 3208.56 mg;	Wartość energetyczna: 2066.42 kcal; Białko ogółem: 96.47 g; Tłuszcz: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.18 g; Węglowodany ogółem: 306.89 g; W tym cukry: 60.81 g; Błonnik pok.: 34.95 g; Sód: 4054.93 mg;	Wartość energetyczna: 2159.15 kcal; Białko ogółem: 89.97 g; Tłuszcz: 58.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 337.39 g; W tym cukry: 63.90 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sód: 4774.37 mg;

2026-10-06 wtorek	Śniadanie	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
		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>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</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 JĘCZ,</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>) 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>) 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 JĘCZ,</u>)
	II ŚN			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 150 g
	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Gulasz wołowy dieta + 150 g Ryż biały + 200 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 150 g (<u>MLE, SO2,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Gulasz wołowy dieta + 150 g Ryż biały + 200 g Dynia pieczona z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Gulasz wołowy dieta + 150 g Ryż biały + 200 g Dynia pieczona z olejem + 100 g Surówka z czerwonej kapusty b/c + 100 g (<u>MLE, SO2,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Gulasz wołowy dieta + 150 g Ryż biały + 200 g Dynia pieczona 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>) 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>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 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 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. (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: 2166.43 kcal; Białko ogółem: 91.06 g; Tłuszcz: 56.78 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 343.07 g; W tym cukry: 75.20 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sód: 4395.71 mg;	Wartość energetyczna: 2272.58 kcal; Białko ogółem: 89.66 g; Tłuszcz: 64.04 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 354.18 g; W tym cukry: 79.52 g; Błonnik pok.: 28.71 g; Sód: 4477.96 mg;	Wartość energetyczna: 2053.65 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 60.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.87 g; Węglowodany ogółem: 322.17 g; W tym cukry: 57.20 g; Błonnik pok.: 37.62 g; Sód: 4531.02 mg;	Wartość energetyczna: 2195.72 kcal; Białko ogółem: 87.40 g; Tłuszcz: 63.66 g; Kw. tł. nasy.: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 340.21 g; W tym cukry: 55.41 g; Błonnik pok.: 31.41 g; Sód: 5750.13 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
2026-10-07 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 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ryżem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Zrazik wieprzowy pieczony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos musztardowy + 100 g (<u>GOR</u>) Buraki gotowane z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ryżem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Zrazik wieprzowy pieczony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>) Buraki gotowane z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ryżem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Zrazik wieprzowy pieczony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos musztardowy + 100 g (<u>GOR</u>) Buraki gotowane z olejem + 100 g Cukinia gotowana z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z ryżem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Zrazik wieprzowy pieczony + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>) Buraki gotowane z olejem + 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>) Pasta z twarogu z koperkiem + 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>) Pasta z twarogu z koperkiem + 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 koperkiem + 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>) Pasta z twarogu z koperkiem + 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 0,2 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 (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: 2142.39 kcal; Białko ogółem: 90.21 g; Tłuszcz: 62.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 317.13 g; W tym cukry: 95.03 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sód: 4461.94 mg;	Wartość energetyczna: 2133.72 kcal; Białko ogółem: 86.88 g; Tłuszcz: 64.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 316.34 g; W tym cukry: 89.66 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sód: 4195.22 mg;	Wartość energetyczna: 1957.68 kcal; Białko ogółem: 89.73 g; Tłuszcz: 63.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; Węglowodany ogółem: 280.28 g; W tym cukry: 63.09 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sód: 5367.55 mg;	Wartość energetyczna: 2043.97 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 303.10 g; W tym cukry: 63.73 g; Błonnik pok.: 28.61 g; Sód: 5616.96 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
2026-10-08 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 Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	II ŚN			Owsianka z jabłkiem b/c + 150 g (<u>MLE, GLU OW</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Delikatna wieprzowina w sosie warzywnym + 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Makaron świderki + 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty świderki + 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Delikatna wieprzowina w sosie warzywnym + 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 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 świderki + 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Delikatna wieprzowina w sosie warzywnym + 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych 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 twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE</u>) Pasta warzywna z cukini i marchewki + 100 g (<u>SOJ</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>) 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 twarogowy homogenizowany + 80 g (<u>MLE</u>) Pasta warzywna z cukini i marchewki + 100 g (<u>SOJ</u>) 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: 2332.08 kcal; Białko ogółem: 97.71 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 31.05 g; Węglowodany ogółem: 355.04 g; W tym cukry: 69.12 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sód: 4656.99 mg;	Wartość energetyczna: 2216.77 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 59.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.90 g; Węglowodany ogółem: 337.56 g; W tym cukry: 69.56 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sód: 4602.03 mg;	Wartość energetyczna: 2261.32 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 339.13 g; W tym cukry: 51.81 g; Błonnik pok.: 50.25 g; Sód: 5379.18 mg;	Wartość energetyczna: 2256.81 kcal; Białko ogółem: 105.17 g; Tłuszcz: 62.79 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 343.67 g; W tym cukry: 54.11 g; Błonnik pok.: 34.68 g; Sód: 5661.35 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
2026-10-09 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 brzoskwinioowy (dieta) + 50 g (<u>MLE,</u>) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Jabłko 150 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>) 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 brzoskwinioowy (dieta) + 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g 1 szt 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 + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 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 + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN			Domowy kisiel malinowy + 150 g 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 cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 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 cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szpinak rozdrobniony gotowany 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 cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Szpinak rozdrobniony gotowany 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 cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Szpinak rozdrobniony gotowany z olejem + 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 sałata 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	
		Wartość energetyczna: 2292.19 kcal; Białko ogółem: 86.85 g; Tłuszcz: 77.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 322.98 g; W tym cukry: 84.21 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sód: 3939.12 mg;	Wartość energetyczna: 2253.94 kcal; Białko ogółem: 87.59 g; Tłuszcz: 75.34 g; Kw. tł. nasy.: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 316.12 g; W tym cukry: 77.77 g; Błonnik pok.: 24.65 g; Sód: 4000.80 mg;	Wartość energetyczna: 2067.89 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 80.28 g; Kw. tł. nasy.: 33.75 g; Węglowodany ogółem: 272.89 g; W tym cukry: 48.37 g; Błonnik pok.: 37.52 g; Sód: 5163.77 mg;	Wartość energetyczna: 2132.24 kcal; Białko ogółem: 91.80 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 30.69 g; Węglowodany ogółem: 298.89 g; W tym cukry: 57.01 g; Błonnik pok.: 30.77 g; Sód: 5369.08 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
2026-10-10 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne 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>) 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>)	Płatki pszenne 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>) 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 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	Obiad	Zupa selerowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron muszelki + 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Sos meksykański + 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa selerowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron muszelki + 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Sos własny dieta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa selerowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron muszelki + 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g 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>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa selerowa + 340 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron muszelki + 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Sos własny dieta + 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem + 150 g (<u>SEL.</u>) 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>) Twarożek z kolorową papryką + 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 + 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>) Twarożek z kolorową papryką + 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 + 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: 2059.19 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 66.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 289.02 g; W tym cukry: 60.87 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sód: 5170.20 mg;	Wartość energetyczna: 2142.15 kcal; Białko ogółem: 95.20 g; Tłuszcz: 70.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 294.76 g; W tym cukry: 62.08 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sód: 5086.56 mg;	Wartość energetyczna: 2099.57 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 288.03 g; W tym cukry: 55.57 g; Błonnik pok.: 36.84 g; Sód: 4626.93 mg;	Wartość energetyczna: 2016.11 kcal; Białko ogółem: 90.05 g; Tłuszcz: 56.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 302.57 g; W tym cukry: 50.12 g; Błonnik pok.: 30.14 g; Sód: 4922.12 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
2026-10-11 niedziela	Śniadanie	Kasza manna 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>) 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 manna 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>) 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 pomarańczowym z jabłkiem b/c 150 ml 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 pomidorowy + 100 g Surówka z białej kapusty z koperkiem z olejem b/c + 100 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 pomidorowy + 100 g Dyńa pieczona 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 pomidorowy + 100 g Surówka z białej kapusty z koperkiem z olejem b/c + 100 g Dyńa pieczona z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 250 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Sos pomidorowy + 100 g Dyńa pieczona z olejem + 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>) Pasta z twarogu i wędliny drob - wp z natką pietruszki + 80 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g 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>) Pasta z twarogu i wędliny drob - wp 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 i wędliny drob - wp z natką pietruszki + 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>) Pasta z twarogu i wędliny drob - wp z natką pietruszki + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 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 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: 2065.89 kcal; Białko ogółem: 119.43 g; Tłuszcz: 57.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.46 g; Węglowodany ogółem: 284.84 g; W tym cukry: 60.44 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sód: 4036.23 mg;	Wartość energetyczna: 2137.88 kcal; Białko ogółem: 119.25 g; Tłuszcz: 59.14 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 298.56 g; W tym cukry: 66.52 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sód: 4247.27 mg;	Wartość energetyczna: 1978.89 kcal; Białko ogółem: 118.99 g; Tłuszcz: 62.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; Węglowodany ogółem: 263.12 g; W tym cukry: 46.45 g; Błonnik pok.: 32.16 g; Sód: 5139.10 mg;	Wartość energetyczna: 1950.73 kcal; Białko ogółem: 92.62 g; Tłuszcz: 52.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; Węglowodany ogółem: 292.26 g; W tym cukry: 59.69 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sód: 4422.52 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,