

		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
2026-10-12 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE.</u>) Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem brokułowym pieczona dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka Coleslaw + ' 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE.</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE.</u>) Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem brokułowym pieczona dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka Coleslaw + ' 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE.</u>) 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: 2442.44 kcal; Białko ogółem: 93.68 g; Tłuszcz: 96.49 g; Kw. tł. nasy.: 40.73 g; Węglowodany ogółem: 322.71 g; W tym cukry: 83.80 g; Błonnik pok.: 30.31 g; Sód: 4328.81 mg;	Wartość energetyczna: 2366.64 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 87.11 g; Kw. tł. nasy.: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 323.97 g; W tym cukry: 80.41 g; Błonnik pok.: 30.65 g; Sód: 4676.20 mg;	Wartość energetyczna: 2288.41 kcal; Białko ogółem: 91.91 g; Tłuszcz: 94.05 g; Kw. tł. nasy.: 38.60 g; Węglowodany ogółem: 299.77 g; W tym cukry: 62.97 g; Błonnik pok.: 38.51 g; Sód: 4216.79 mg;	Wartość energetyczna: 2367.21 kcal; Białko ogółem: 87.89 g; Tłuszcz: 92.35 g; Kw. tł. nasy.: 38.37 g; Węglowodany ogółem: 320.86 g; W tym cukry: 62.79 g; Błonnik pok.: 35.65 g; Sód: 5166.44 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
2026-10-13 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 Cukinia gotowana + 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 0,2 l 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: 2198.65 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz: 63.88 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 336.31 g; W tym cukry: 83.01 g; Błonnik pok.: 28.33 g; Sód: 4031.39 mg;	Wartość energetyczna: 2178.70 kcal; Białko ogółem: 92.22 g; Tłuszcz: 56.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.66 g; Węglowodany ogółem: 342.21 g; W tym cukry: 79.20 g; Błonnik pok.: 24.76 g; Sód: 4111.25 mg;	Wartość energetyczna: 2168.60 kcal; Białko ogółem: 102.82 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 310.54 g; W tym cukry: 47.45 g; Błonnik pok.: 39.37 g; Sód: 4569.28 mg;	Wartość energetyczna: 2399.18 kcal; Białko ogółem: 110.16 g; Tłuszcz: 73.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 343.76 g; W tym cukry: 55.88 g; Błonnik pok.: 24.58 g; Sód: 5511.55 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
2026-10-14 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>) Szynekowa 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>) Szynekowa 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>) Szynekowa 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>) Szynekowa 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 + ¹ 400 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 + ¹ 400 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 + ¹ 400 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 + ¹ 400 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: 2258.57 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 69.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 331.87 g; W tym cukry: 77.89 g; Błonnik pok.: 28.03 g; Sód: 4694.86 mg;	Wartość energetyczna: 2388.30 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: 4459.46 mg;	Wartość energetyczna: 2206.79 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 70.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 323.39 g; W tym cukry: 66.58 g; Błonnik pok.: 37.36 g; Sód: 4971.65 mg;	Wartość energetyczna: 2282.39 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: 5036.97 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
2026-10-15 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>) Szynekowa 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>) Szynekowa 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>) Szynekowa 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>) Szynekowa 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	Zupa ryżowa z ziemniakami + ¹ 400 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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 + ¹ 400 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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 + ¹ 400 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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 + ¹ 400 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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		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: 2199.58 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 71.91 g; Kw. tł. nasy.: 33.14 g; Węglowodany ogółem: 315.18 g; W tym cukry: 60.01 g; Błonnik pok.: 33.77 g; Sód: 4792.12 mg;	Wartość energetyczna: 2168.00 kcal; Białko ogółem: 94.65 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 315.33 g; W tym cukry: 59.14 g; Błonnik pok.: 30.88 g; Sód: 4383.61 mg;	Wartość energetyczna: 1994.36 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 73.21 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 273.40 g; W tym cukry: 38.38 g; Błonnik pok.: 37.10 g; Sód: 5278.23 mg;	Wartość energetyczna: 2037.89 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 295.33 g; W tym cukry: 43.39 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sód: 5520.95 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
2026-10-16, 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 różany + 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 różany + 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 + ¹ 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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 b/c + ¹ 150 g (<u>może zawierać: SEL, SEZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + ¹ 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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 + ¹ 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) Morszczuk pieczony 80g + 80 g (<u>RYB,</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy z olejem b/c + ¹ 100 g (<u>może zawierać: SEL, SEZ,</u>) Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + ¹ 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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: 2625.55 kcal; Białko ogółem: 100.75 g; Tłuszcz: 100.63 g; Kw. tł. nasy.: 51.59 g; Węglowodany ogółem: 348.19 g; W tym cukry: 99.29 g; Błonnik pok.: 30.40 g; Sód: 4787.36 mg;	Wartość energetyczna: 2440.62 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 87.56 g; Kw. tł. nasy.: 42.17 g; Węglowodany ogółem: 331.51 g; W tym cukry: 93.28 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sód: 4324.48 mg;	Wartość energetyczna: 2070.53 kcal; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 82.12 g; Kw. tł. nasy.: 38.28 g; Węglowodany ogółem: 275.17 g; W tym cukry: 55.22 g; Błonnik pok.: 37.30 g; Sód: 5033.30 mg;	Wartość energetyczna: 2270.88 kcal; Białko ogółem: 92.15 g; Tłuszcz: 82.88 g; Kw. tł. nasy.: 38.05 g; Węglowodany ogółem: 308.79 g; W tym cukry: 62.58 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sód: 5213.59 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
2026-10-17 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) 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. (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: 2356.30 kcal; Białko ogółem: 81.81 g; Tłuszcz: 83.04 g; Kw. tł. nasy.: 36.90 g; Węglowodany ogółem: 341.93 g; W tym cukry: 85.01 g; Błonnik pok.: 30.13 g; Sód: 4471.47 mg;	Wartość energetyczna: 2269.87 kcal; Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 75.49 g; Kw. tł. nasy.: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 325.92 g; W tym cukry: 77.09 g; Błonnik pok.: 26.39 g; Sód: 4827.24 mg;	Wartość energetyczna: 2115.65 kcal; Białko ogółem: 77.71 g; Tłuszcz: 78.78 g; Kw. tł. nasy.: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 306.56 g; W tym cukry: 54.89 g; Błonnik pok.: 40.01 g; Sód: 4773.43 mg;	Wartość energetyczna: 2279.25 kcal; Białko ogółem: 91.09 g; Tłuszcz: 84.57 g; Kw. tł. nasy.: 37.75 g; Węglowodany ogółem: 310.60 g; W tym cukry: 50.45 g; Błonnik pok.: 31.67 g; Sód: 6088.81 mg;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-12 do dnia 2026-10-25 KUCHNIA KRAKÓW

		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
2026-10-18 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 1szt. 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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: 2112.51 kcal; Białko ogółem: 81.66 g; Tłuszcz: 82.70 g; Kw. tł. nasy.: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 282.52 g; W tym cukry: 51.96 g; Błonnik pok.: 30.14 g; Sód: 4641.48 mg;	Wartość energetyczna: 2166.73 kcal; Białko ogółem: 81.65 g; Tłuszcz: 83.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 292.33 g; W tym cukry: 58.08 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sód: 4944.01 mg;	Wartość energetyczna: 2075.72 kcal; Białko ogółem: 87.48 g; Tłuszcz: 83.33 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 279.03 g; W tym cukry: 53.13 g; Błonnik pok.: 39.88 g; Sód: 5094.75 mg;	Wartość energetyczna: 2209.02 kcal; Białko ogółem: 84.60 g; Tłuszcz: 81.71 g; Kw. tł. nasy.: 33.56 g; Węglowodany ogółem: 309.31 g; W tym cukry: 62.38 g; Błonnik pok.: 35.22 g; Sód: 5363.73 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
2026-10-19 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
2026-10-20 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 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>) 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>) 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			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 Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) Buraki po francusku 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>) Gulasz wołowy dieta + 150 g Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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 Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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 Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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 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: 2427.01 kcal; Białko ogółem: 97.29 g; Tłuszcz: 85.33 g; Kw. tł. nasy.: 37.25 g; Węglowodany ogółem: 337.66 g; W tym cukry: 86.18 g; Błonnik pok.: 27.78 g; Sód: 4779.80 mg;	Wartość energetyczna: 2308.38 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 69.20 g; Kw. tł. nasy.: 33.59 g; Węglowodany ogółem: 344.89 g; W tym cukry: 92.17 g; Błonnik pok.: 26.79 g; Sód: 4154.95 mg;	Wartość energetyczna: 2166.75 kcal; Białko ogółem: 90.33 g; Tłuszcz: 73.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.57 g; Węglowodany ogółem: 314.14 g; W tym cukry: 71.86 g; Błonnik pok.: 37.03 g; Sód: 4455.56 mg;	Wartość energetyczna: 2245.93 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 73.26 g; Kw. tł. nasy.: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 328.23 g; W tym cukry: 65.08 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sód: 5405.52 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
2026-10-21 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 Sałatka 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 Sałatka 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 Sałatka 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 Sałatka 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>) Cukinia gotowana z olejem + 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>) Cukinia gotowana z olejem + 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>) Cukinia gotowana z olejem + 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 0,2 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: 2220.71 kcal; Białko ogółem: 89.15 g; Tłuszcz: 64.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 341.68 g; W tym cukry: 78.20 g; Błonnik pok.: 29.79 g; Sód: 4322.49 mg;	Wartość energetyczna: 2279.87 kcal; Białko ogółem: 87.72 g; Tłuszcz: 65.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 354.58 g; W tym cukry: 77.25 g; Błonnik pok.: 29.05 g; Sód: 4131.74 mg;	Wartość energetyczna: 2123.34 kcal; Białko ogółem: 90.88 g; Tłuszcz: 65.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 326.14 g; W tym cukry: 53.03 g; Błonnik pok.: 41.62 g; Sód: 5224.13 mg;	Wartość energetyczna: 2195.16 kcal; Białko ogółem: 85.24 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 345.84 g; W tym cukry: 52.40 g; Błonnik pok.: 35.91 g; Sód: 5961.48 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
2026-10-22 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 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: 2308.30 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 72.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 350.69 g; W tym cukry: 64.72 g; Błonnik pok.: 39.73 g; Sód: 5344.26 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
2026-10-23 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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>) Pasta z twarogu z koperkiem + 40 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 100g 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>) Pasta z twarogu z koperkiem + 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>) Jajko gotowane kl M + 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 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>) 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 salata zieloną (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 i salata zieloną (bułka 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: 2388.83 kcal; Białko ogółem: 93.97 g; Tłuszcz: 79.09 g; Kw. tł. nasy.: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 343.85 g; W tym cukry: 90.06 g; Błonnik pok.: 31.24 g; Sód: 4270.25 mg;	Wartość energetyczna: 2301.44 kcal; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz: 72.63 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; W tym cukry: 81.41 g; Błonnik pok.: 29.65 g; Sód: 4628.63 mg;	Wartość energetyczna: 2091.01 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 77.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 285.69 g; W tym cukry: 53.78 g; Błonnik pok.: 36.18 g; Sód: 5516.60 mg;	Wartość energetyczna: 2124.90 kcal; Białko ogółem: 89.96 g; Tłuszcz: 67.96 g; Kw. tł. nasy.: 32.00 g; Węglowodany ogółem: 308.71 g; W tym cukry: 58.35 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sód: 5879.21 mg;

2026-10-24 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	II ŚN	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>)
	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
2026-10-25 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany + 150 g 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 twarożek + 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 twarożek + 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>) Twarożek + 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>) Twarożek + 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: 2378.23 kcal; Białko ogółem: 118.15 g; Tłuszcz: 76.93 g; Kw. tł. nasy.: 35.32 g; Węglowodany ogółem: 326.25 g; W tym cukry: 74.33 g; Błonnik pok.: 33.26 g; Sód: 4341.45 mg;	Wartość energetyczna: 2324.08 kcal; Białko ogółem: 120.14 g; Tłuszcz: 68.78 g; Kw. tł. nasy.: 34.64 g; Węglowodany ogółem: 326.23 g; W tym cukry: 70.73 g; Błonnik pok.: 31.49 g; Sód: 4120.68 mg;	Wartość energetyczna: 2177.62 kcal; Białko ogółem: 119.82 g; Tłuszcz: 74.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.84 g; Węglowodany ogółem: 289.00 g; W tym cukry: 53.10 g; Błonnik pok.: 37.46 g; Sód: 5206.47 mg;	Wartość energetyczna: 2212.45 kcal; Białko ogółem: 115.87 g; Tłuszcz: 65.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 309.39 g; W tym cukry: 56.13 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sód: 5377.27 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,