

		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
2026-10-26 poniedziałek	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>) Południca delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pasta warzywna + 100 g (<u>SEL,</u>) 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>) Południca delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pasta warzywna + 100 g (<u>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>) Południca 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>) Południca delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 40 g Pasta warzywna + 100 g (<u>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	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem + ¹ 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) Roladka wołowo-wieprzowa z warzywami, pieczona dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Sos pieczeniowy + 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 pomidorowa z ryżem + ¹ 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) Roladka wołowo-wieprzowa z warzywami, pieczona dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Sos własny dieta + 100 g 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 pomidorowa z ryżem + ¹ 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) Roladka wołowo-wieprzowa z warzywami, pieczona dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Sos pieczeniowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy z olejem b/c + ¹ 100 g (<u>może zawierać: SEL, SEZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych z olejem + ¹ 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem + ¹ 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) Roladka wołowo-wieprzowa z warzywami, pieczona dieta + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Sos własny dieta + 100 g Bukiet warzyw gotowanych z olejem + ¹ 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			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>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 80 g (<u>MLE,</u>) Sok pomidorowy 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, (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, (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: 2316.97 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz: 88.36 g; Kw. tł. nasy.: 36.42 g; Węglowodany ogółem: 319.16 g; W tym cukry: 69.38 g; Błonnik pok.: 33.29 g; Sód: 4419.55 mg;	Wartość energetyczna: 2322.08 kcal; Białko ogółem: 83.38 g; Tłuszcz: 85.46 g; Kw. tł. nasy.: 33.83 g; Węglowodany ogółem: 322.91 g; W tym cukry: 66.71 g; Błonnik pok.: 30.97 g; Sód: 4503.55 mg;	Wartość energetyczna: 2220.70 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz: 85.79 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 304.86 g; W tym cukry: 58.11 g; Błonnik pok.: 37.77 g; Sód: 4055.41 mg;	Wartość energetyczna: 2316.42 kcal; Białko ogółem: 88.18 g; Tłuszcz: 80.49 g; Kw. tł. nasy.: 35.44 g; Węglowodany ogółem: 330.97 g; W tym cukry: 59.40 g; Błonnik pok.: 34.46 g; Sód: 5166.58 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	
2026-10-27 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 Cukinia gotowana z olejem + 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 z olejem + 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 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			
	Kolejka	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 0,2 l 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2303.25 kcal; Białko ogółem: 106.22 g; Tłuszcz: 58.19 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; Węglowodany ogółem: 356.25 g; W tym cukry: 90.70 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sód: 4467.61 mg;	Wartość energetyczna: 2320.68 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz: 58.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.31 g; Węglowodany ogółem: 360.41 g; W tym cukry: 91.42 g; Błonnik pok.: 23.77 g; Sód: 4556.58 mg;	Wartość energetyczna: 2135.35 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; Tłuszcz: 65.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 310.99 g; W tym cukry: 59.00 g; Błonnik pok.: 39.95 g; Sód: 4601.36 mg;	Wartość energetyczna: 2181.88 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kw. tł. nasy.: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 336.67 g; W tym cukry: 62.63 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sód: 5053.92 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
2026-10-28 środa	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>) Szynkowa dębowa kiel.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>)	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>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 40 g Sok pomidorowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	I i SN			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 (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany + 80 g Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany + 80 g Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>) Buraki gotowane z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany + 80 g Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 100 g Buraki gotowane b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany + 80 g Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>) 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>) Serek homogenizowany pomidorowy + 80 g (<u>MLE</u>) Pasta z brokuła + 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>) 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>) Serek homogenizowany pomidorowy + 80 g (<u>MLE</u>) Pasta z brokuła + 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>) Pasta z brokuła + 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką drobiową i salata, (chleb graham 60g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 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 salata, (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, szynka 25g, salata 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: 2308.42 kcal; Białko ogółem: 95.16 g; Tłuszcz: 84.26 g; Kw. tł. nasy.: 35.27 g; Węglowodany ogółem: 313.96 g; W tym cukry: 68.10 g; Błonnik pok.: 31.73 g; Sód: 4857.20 mg;	Wartość energetyczna: 2408.86 kcal; Białko ogółem: 96.69 g; Tłuszcz: 74.49 g; Kw. tł. nasy.: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 358.05 g; W tym cukry: 105.93 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sód: 4570.21 mg;	Wartość energetyczna: 2196.63 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz: 81.62 g; Kw. tł. nasy.: 33.88 g; Węglowodany ogółem: 299.44 g; W tym cukry: 58.71 g; Błonnik pok.: 39.54 g; Sód: 5058.71 mg;	Wartość energetyczna: 2225.79 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 320.10 g; W tym cukry: 62.83 g; Błonnik pok.: 32.80 g; Sód: 5433.35 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/Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-10-29 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 drobowa 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 80 g Surówka Coleslaw + ⁺ 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + ⁺ 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE.</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 80 g Surówka Coleslaw + ⁺ 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02.</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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE.</u>) 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	
	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>) 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>) 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	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	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g.) 1 szt (<u>GLU PSZ, S0J, MLE, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2255.80 kcal; Białko ogółem: 88.48 g; Tłuszcz: 85.82 g; Kw. tł. nasy.: 36.75 g; Węglowodany ogółem: 301.61 g; W tym cukry: 82.00 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sód: 4367.76 mg;	Wartość energetyczna: 2199.68 kcal; Białko ogółem: 86.81 g; Tłuszcz: 76.57 g; Kw. tł. nasy.: 35.96 g; Węglowodany ogółem: 309.58 g; W tym cukry: 83.53 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sód: 4361.88 mg;	Wartość energetyczna: 2004.87 kcal; Białko ogółem: 84.56 g; Tłuszcz: 76.82 g; Kw. tł. nasy.: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 273.03 g; W tym cukry: 56.13 g; Błonnik pok.: 34.45 g; Sód: 4197.78 mg;	Wartość energetyczna: 2080.12 kcal; Białko ogółem: 80.72 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 304.22 g; W tym cukry: 65.13 g; Błonnik pok.: 33.29 g; Sód: 5028.14 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	
2026-10-30 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 twarożek + 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>) Porzeczkowy 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 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 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) Morszczuk panierowany pieczony 80g + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) Morszczuk pieczony 80g + 80 g (<u>RYB,</u>) Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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: 2443.01 kcal; Białko ogółem: 100.37 g; Tłuszcz: 84.22 g; Kw. tł. nasy.: 41.99 g; Węglowodany ogółem: 343.66 g; W tym cukry: 86.83 g; Błonnik pok.: 30.14 g; Sód: 4293.98 mg;	Wartość energetyczna: 2262.40 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 73.37 g; Kw. tł. nasy.: 34.26 g; Węglowodany ogółem: 327.09 g; W tym cukry: 93.13 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sód: 4342.23 mg;	Wartość energetyczna: 2105.05 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 83.10 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 282.88 g; W tym cukry: 57.47 g; Błonnik pok.: 38.08 g; Sód: 5070.16 mg;	Wartość energetyczna: 2142.02 kcal; Białko ogółem: 88.40 g; Tłuszcz: 71.28 g; Kw. tł. nasy.: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 311.49 g; W tym cukry: 68.32 g; Błonnik pok.: 33.77 g; Sód: 5264.25 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	
2026-10-31 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 JECZ.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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 Pasta z kalafiora z natką pietruszki + 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 90 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) 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 JECZ.</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 JECZ.</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 + ¹ 400 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 + ¹ 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami + ¹ 400 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 + ¹ 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami + ¹ 400 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 + ¹ 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD		Pieczone 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 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 i 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: 2161.03 kcal; Białko ogółem: 79.19 g; Tłuszcz: 57.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 353.96 g; W tym cukry: 84.77 g; Błonnik pok.: 34.35 g; Sód: 4965.04 mg;	Wartość energetyczna: 2113.46 kcal; Białko ogółem: 79.05 g; Tłuszcz: 58.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 339.58 g; W tym cukry: 78.05 g; Błonnik pok.: 30.44 g; Sód: 5451.73 mg;	Wartość energetyczna: 2082.22 kcal; Białko ogółem: 77.89 g; Tłuszcz: 63.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 330.17 g; W tym cukry: 57.12 g; Błonnik pok.: 48.38 g; Sód: 4546.25 mg;	Wartość energetyczna: 2132.09 kcal; Białko ogółem: 77.79 g; Tłuszcz: 60.22 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 343.82 g; W tym cukry: 60.10 g; Błonnik pok.: 33.97 g; Sód: 6401.18 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
2026-11-01 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) 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>) 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 ziołami + 80 g (<u>MLE</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 ziołami + 80 g (<u>MLE</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 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 salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g.) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką i salata (bulka pszenna 45g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2215.27 kcal; Białko ogółem: 83.42 g; Tłuszcz: 73.98 g; Kw. tł. nasy.: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 326.74 g; W tym cukry: 91.92 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sód: 4620.99 mg;	Wartość energetyczna: 2228.13 kcal; Białko ogółem: 80.89 g; Tłuszcz: 75.93 g; Kw. tł. nasy.: 35.36 g; Węglowodany ogółem: 326.02 g; W tym cukry: 92.21 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sód: 4589.67 mg;	Wartość energetyczna: 2055.41 kcal; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz: 76.01 g; Kw. tł. nasy.: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 294.84 g; W tym cukry: 62.05 g; Błonnik pok.: 39.91 g; Sód: 5640.48 mg;	Wartość energetyczna: 2097.99 kcal; Białko ogółem: 79.17 g; Tłuszcz: 76.14 g; Kw. tł. nasy.: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 299.09 g; W tym cukry: 50.58 g; Błonnik pok.: 34.02 g; Sód: 5693.92 mg;

2026-11-02 poniedziałek

		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
2026-11-02 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>) 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>) 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>) 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>) Pierś delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 40 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</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	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			
	Wartość energetyczna: 2491.64 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; Tłuszcz: 77.82 g; Kw. tł. nasy.: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 359.40 g; W tym cukry: 120.40 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sód: 3086.45 mg;	Wartość energetyczna: 2319.88 kcal; Białko ogółem: 94.23 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 359.54 g; W tym cukry: 100.66 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sód: 3197.31 mg;	Wartość energetyczna: 2041.24 kcal; Białko ogółem: 95.63 g; Tłuszcz: 63.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 301.83 g; W tym cukry: 62.74 g; Błonnik pok.: 32.85 g; Sód: 4055.53 mg;	Wartość energetyczna: 2150.87 kcal; Białko ogółem: 91.07 g; Tłuszcz: 57.53 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 335.77 g; W tym cukry: 69.57 g; Błonnik pok.: 25.99 g; Sód: 4813.99 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
2026-11-03 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, 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, 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, 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, SEL,</u>) Sok pomidorowy 200 ml 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, SOJ,</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, SOJ,</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>) Cukinia gotowana z olejem puree + 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>) Cukinia gotowana z olejem puree + 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>) Cukinia gotowana z olejem puree + 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>) Cukinia gotowana z olejem puree + 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt		Kanapka z szynką drobiową 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: 2190.25 kcal; Białko ogółem: 91.60 g; Tłuszcz: 57.11 g; Kw. tł. nasy.: 21.08 g; Węglowodany ogółem: 346.16 g; W tym cukry: 79.35 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sód: 4502.22 mg;	Wartość energetyczna: 2295.77 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 356.96 g; W tym cukry: 82.77 g; Błonnik pok.: 27.96 g; Sód: 4591.50 mg;	Wartość energetyczna: 2059.47 kcal; Białko ogółem: 88.00 g; Tłuszcz: 60.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; Węglowodany ogółem: 321.76 g; W tym cukry: 57.94 g; Błonnik pok.: 37.95 g; Sód: 4673.62 mg;	Wartość energetyczna: 2147.57 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 343.06 g; W tym cukry: 61.34 g; Błonnik pok.: 32.38 g; Sód: 5237.52 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
2026-11-04 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 kiel.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 kiel.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 kiel.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 kiel.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>)
	I i SN			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 kalafiorowa z ryżem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE</u>) 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>) 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 pomidorowy 200 ml Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Jabłko 150 g 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: 2324.72 kcal; Białko ogółem: 90.06 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kw. tł. nasy.: 37.48 g; Węglowodany ogółem: 333.78 g; W tym cukry: 89.03 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sód: 4880.21 mg;	Wartość energetyczna: 2336.56 kcal; Białko ogółem: 87.43 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kw. tł. nasy.: 39.10 g; Węglowodany ogółem: 337.01 g; W tym cukry: 86.53 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sód: 4608.66 mg;	Wartość energetyczna: 2148.50 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz: 77.49 g; Kw. tł. nasy.: 35.19 g; Węglowodany ogółem: 299.38 g; W tym cukry: 68.29 g; Błonnik pok.: 35.84 g; Sód: 5786.73 mg;	Wartość energetyczna: 2253.81 kcal; Białko ogółem: 83.36 g; Tłuszcz: 79.29 g; Kw. tł. nasy.: 36.83 g; Węglowodany ogółem: 325.62 g; W tym cukry: 70.44 g; Błonnik pok.: 32.11 g; Sód: 6031.31 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	
2026-11-05 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, SEL</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, SEL</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, SEL</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>) Pasta warzywna z cukini i marchewki + 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 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>) Pasta warzywna z cukini i marchewki + 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 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 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 i 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 i 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: 2374.65 kcal; Białko ogółem: 97.81 g; Tłuszcz: 72.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.28 g; Węglowodany ogółem: 357.47 g; W tym cukry: 70.27 g; Błonnik pok.: 37.08 g; Sód: 4795.21 mg;	Wartość energetyczna: 2178.99 kcal; Białko ogółem: 97.80 g; Tłuszcz: 57.10 g; Kw. tł. nasy.: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 336.00 g; W tym cukry: 69.38 g; Błonnik pok.: 29.11 g; Sód: 4534.46 mg;	Wartość energetyczna: 2303.88 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 79.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.08 g; Węglowodany ogółem: 341.56 g; W tym cukry: 52.97 g; Błonnik pok.: 51.80 g; Sód: 5517.40 mg;	Wartość energetyczna: 2219.04 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 60.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 342.10 g; W tym cukry: 53.92 g; Błonnik pok.: 34.60 g; Sód: 5593.78 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
2026-11-06 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>) 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>)	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>) 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>) 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 twarogu z koperkiem + 80 g (<u>MLE,</u>) Sok marchwiowy 200 ml 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 + ¹ 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL,</u>) Kotlet z morskczuka 80g + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>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 + ¹ 400 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 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 + ¹ 400 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 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 + ¹ 400 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 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>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 80 g (<u>MLE,</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 brzoskwinowy (dieta) + 80 g (<u>MLE,</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 + 80 g (<u>MLE,</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 + 80 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2l 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2291.48 kcal; Białko ogółem: 85.71 g; Tłuszcz: 78.77 g; Kw. tł. nasy.: 34.29 g; Węglowodany ogółem: 327.83 g; W tym cukry: 87.78 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sód: 4228.40 mg;	Wartość energetyczna: 2447.42 kcal; Białko ogółem: 90.57 g; Tłuszcz: 86.57 g; Kw. tł. nasy.: 41.86 g; Węglowodany ogółem: 338.38 g; W tym cukry: 89.46 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sód: 4383.89 mg;	Wartość energetyczna: 2224.63 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 90.28 g; Kw. tł. nasy.: 39.97 g; Węglowodany ogółem: 294.19 g; W tym cukry: 55.32 g; Błonnik pok.: 41.02 g; Sód: 5536.90 mg;	Wartość energetyczna: 2340.38 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 84.96 g; Kw. tł. nasy.: 40.30 g; Węglowodany ogółem: 320.81 g; W tym cukry: 63.96 g; Błonnik pok.: 34.27 g; Sód: 5794.21 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
2026-11-07 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</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>) 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>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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 + 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 + 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	Banan 1szt. 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 (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: 2420.37 kcal; Białko ogółem: 97.90 g; Tłuszcz: 80.40 g; Kw. tł. nasy.: 37.26 g; Węglowodany ogółem: 349.65 g; W tym cukry: 100.17 g; Błonnik pok.: 32.80 g; Sód: 4617.16 mg;	Wartość energetyczna: 2489.96 kcal; Białko ogółem: 95.07 g; Tłuszcz: 84.41 g; Kw. tł. nasy.: 37.65 g; Węglowodany ogółem: 355.68 g; W tym cukry: 101.54 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sód: 4649.36 mg;	Wartość energetyczna: 2320.65 kcal; Białko ogółem: 102.65 g; Tłuszcz: 89.01 g; Kw. tł. nasy.: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 309.74 g; W tym cukry: 56.44 g; Błonnik pok.: 39.97 g; Sód: 4898.94 mg;	Wartość energetyczna: 2223.92 kcal; Białko ogółem: 90.32 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nasy.: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 324.60 g; W tym cukry: 57.18 g; Błonnik pok.: 33.69 g; Sód: 5322.82 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
2026-11-08 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 + 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) 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 + 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Sos pomidorowy + 100 g Dynamis pieczona z olejem + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół + 340 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Makaron nitka + 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Sos pomidorowy + 100 g Surówka z białej kapusty z koperkiem z olejem b/c + 100 g Dynamis pieczona z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ryżowa 400 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Puree ziemniaczane + 250 g (<u>MLE,</u>) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Sos pomidorowy + 100 g Dynamis 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>) Brokuł gotowany z olejem + 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>) Brokuł gotowany 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>) Pasta z twarogu i wędliny drob - wp z natką pietruszki + 80 g (<u>MLE,</u>) Brokuł gotowany z olejem + 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>) Brokuł gotowany z olejem + 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 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	
		Wartość energetyczna: 2304.54 kcal; Białko ogółem: 122.54 g; Tłuszcz: 73.56 g; Kw. tł. nasy.: 33.17 g; Węglowodany ogółem: 309.29 g; W tym cukry: 62.18 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sód: 4457.41 mg;	Wartość energetyczna: 2378.40 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; Tłuszcz: 75.31 g; Kw. tł. nasy.: 33.36 g; Węglowodany ogółem: 323.27 g; W tym cukry: 67.74 g; Błonnik pok.: 32.41 g; Sód: 4676.38 mg;	Wartość energetyczna: 2217.55 kcal; Białko ogółem: 122.10 g; Tłuszcz: 78.57 g; Kw. tł. nasy.: 31.29 g; Węglowodany ogółem: 287.56 g; W tym cukry: 54.19 g; Błonnik pok.: 38.34 g; Sód: 5560.28 mg;	Wartość energetyczna: 2137.46 kcal; Białko ogółem: 96.28 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.35 g; Węglowodany ogółem: 303.38 g; W tym cukry: 55.42 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sód: 4857.77 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,