

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Naleśniki z serem 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Mus z jabłek () z/c 80 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami* 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Twarożek 100 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () z/c 80 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g	
	PN	Mus owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>)	
		Wartość energetyczna: 1922.87 kcal; Białko ogółem: 82.58 g; Tłuszcz: 57.84 g; Kw. tł. nasy.: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 275.41 g; W tym cukry: 82.73 g; Błonnik pok.: 16.16 g; Sód: 1831.52 mg;	Wartość energetyczna: 1500.28 kcal; Białko ogółem: 70.64 g; Tłuszcz: 44.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 207.08 g; W tym cukry: 61.30 g; Błonnik pok.: 11.44 g; Sód: 1804.05 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-08-04 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 100 g Bitka z szynki wieprzowej duszona 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<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 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Sałata lodowa 20 g Pasta warzywna 80 g (<u>SEL,</u>)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<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 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Pasta warzywna 80 g (<u>SEL,</u>) Sałata lodowa 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>) Rogal maślany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2005.61 kcal; Białko ogółem: 95.81 g; Tłuszcz: 68.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 260.97 g; W tym cukry: 69.40 g; Błonnik pok.: 22.92 g; Sód: 2112.03 mg;	Wartość energetyczna: 1992.25 kcal; Białko ogółem: 91.47 g; Tłuszcz: 67.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; Węglowodany ogółem: 263.06 g; W tym cukry: 75.99 g; Błonnik pok.: 18.34 g; Sód: 2025.43 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-08-05 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka pieczona na ogniu wieprzowa z dod.wodą, wędzona, pieczona, parzona 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02,</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem dieta 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Pulpet drobiowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Paprykarz szczeciński 50 g (<u>RYB, SOJ,</u>) Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Piersz delikatna drobiowa z połączonych kaw. fileta drob.parzona. w osłonce niejadalnej 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1494.55 kcal; Białko ogółem: 72.00 g; Tłuszcz: 47.35 g; Kw. tł. nasy.: 19.42 g; Węglowodany ogółem: 206.50 g; W tym cukry: 54.60 g; Błonnik pok.: 16.26 g; Sód: 2616.52 mg;	Wartość energetyczna: 1442.51 kcal; Białko ogółem: 77.43 g; Tłuszcz: 42.10 g; Kw. tł. nasy.: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 198.32 g; W tym cukry: 55.34 g; Błonnik pok.: 15.51 g; Sód: 2840.73 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jabłko 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 250 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Marchew i cukinia gotowana z olejem* 200 g (<u>może zawierać: SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Salatka jarzynowa z olejem 100 g (<u>SEL.</u>)	
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>) Gruszka 150 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g
		Wartość energetyczna: 1865.63 kcal; Białko ogółem: 74.82 g; Tłuszcz: 58.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 276.37 g; W tym cukry: 81.09 g; Błonnik pok.: 29.26 g; Sód: 2583.32 mg;	Wartość energetyczna: 1780.34 kcal; Białko ogółem: 75.58 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 241.33 g; W tym cukry: 72.89 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sód: 2077.84 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-08-07 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem truskawkowy 25g 2 szt Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza manna na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem truskawkowy 25g 2 szt Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Pieczeń z ryby mielonej (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos koperkowy * 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Buraczki gotowane plastry 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Buraczki gotowane plastry 100 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1679.50 kcal; Białko ogółem: 74.87 g; Tłuszcz: 46.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.40 g; Węglowodany ogółem: 251.22 g; W tym cukry: 94.62 g; Błonnik pok.: 19.03 g; Sód: 1485.30 mg;	Wartość energetyczna: 1695.74 kcal; Białko ogółem: 71.51 g; Tłuszcz: 52.65 g; Kw. tł. nasy.: 19.74 g; Węglowodany ogółem: 244.52 g; W tym cukry: 89.98 g; Błonnik pok.: 19.63 g; Sód: 1737.73 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-08-08 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<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 60 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<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 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	Obiad	Koperkowa z ryżem 200 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Bitka wołowa duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ryżem 200 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Bitka wołowa duszona 80 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Buraczki podprawiane -drobno tarte 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1711.23 kcal; Białko ogółem: 74.98 g; Tłuszcz: 59.51 g; Kw. tł. nasy.: 21.06 g; Węglowodany ogółem: 229.00 g; W tym cukry: 62.76 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sód: 2401.35 mg;	Wartość energetyczna: 1522.57 kcal; Białko ogółem: 76.43 g; Tłuszcz: 44.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.65 g; Węglowodany ogółem: 209.78 g; W tym cukry: 58.99 g; Błonnik pok.: 16.35 g; Sód: 2432.97 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-08-09 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiniowym 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Udko pieczone 1 szt. 210 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem 200 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Udko gotowane 1szt. 210 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<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 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1895.95 kcal; Białko ogółem: 113.02 g; Tłuszcz: 88.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 173.76 g; W tym cukry: 50.40 g; Błonnik pok.: 16.55 g; Sód: 2424.93 mg;	Wartość energetyczna: 1791.26 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 73.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 194.07 g; W tym cukry: 64.47 g; Błonnik pok.: 18.93 g; Sód: 2174.50 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-08-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Płatki owsiane na mleku 200 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 100 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Wielowarzynna z ziemniakami 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 100 g Mus z jabłek () z/c 80 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (<u>MLE,</u>) Pasta warzywna 100 g (<u>SEL,</u>)
	PN	Banan 200 g	
		Wartość energetyczna: 1566.72 kcal; Białko ogółem: 59.95 g; Tłuszcz: 42.76 g; Kw. tł. nasy.: 20.57 g; Węglowodany ogółem: 245.75 g; W tym cukry: 96.29 g; Błonnik pok.: 20.24 g; Sód: 1769.47 mg;	Wartość energetyczna: 1574.63 kcal; Białko ogółem: 58.14 g; Tłuszcz: 42.97 g; Kw. tł. nasy.: 19.79 g; Węglowodany ogółem: 249.44 g; W tym cukry: 96.54 g; Błonnik pok.: 19.15 g; Sód: 1826.54 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Makaron drobny na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 90 g Rozszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ,</u>) Zrazik wołowy mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Solferino 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ,</u>) Zrazik wołowy mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szprot w sosie pomidorowym 30 g (<u>RYB, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE,</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1836.00 kcal; Białko ogółem: 75.55 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 241.81 g; W tym cukry: 65.62 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sód: 1389.50 mg;	Wartość energetyczna: 1600.86 kcal; Białko ogółem: 70.99 g; Tłuszcz: 49.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.77 g; Węglowodany ogółem: 227.90 g; W tym cukry: 68.55 g; Błonnik pok.: 17.22 g; Sód: 1725.26 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-08-12 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 50 g (<u>MLE</u>) Jabiko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)	Ryż na mleku 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 50 g (<u>MLE</u>) Jabiko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>)
	Obiad	Grysikowa 200 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Filet z kurczaka pieczony 80 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos bazylkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Fasolka szparagowa z wody* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<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 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<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 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 200 g	
		Wartość energetyczna: 1757.02 kcal; Białko ogółem: 85.87 g; Tłuszcz: 44.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.33 g; Węglowodany ogółem: 266.67 g; W tym cukry: 108.91 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sód: 1942.05 mg;	Wartość energetyczna: 1724.81 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 43.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 259.73 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 20.14 g; Sód: 1937.91 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-08-13 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Łazanki z kapustą i mięs wp z łopatką 250 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR,</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos mięsno warzywny (z mięsa wieprzowego) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Paszтет z soczewicy () 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Twarożek 50 g (<u>MLE,</u>) Marchew gotowana plastry 100 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1725.46 kcal; Białko ogółem: 71.06 g; Tłuszcz: 59.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.74 g; Węglowodany ogółem: 234.41 g; W tym cukry: 57.11 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sód: 2331.42 mg;	Wartość energetyczna: 1611.91 kcal; Białko ogółem: 74.54 g; Tłuszcz: 53.67 g; Kw. tł. nasy.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 216.59 g; W tym cukry: 59.80 g; Błonnik pok.: 20.34 g; Sód: 2155.29 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ,</u>) Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Arbuz 150 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>)	Zacierka na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Arbuz 150 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem 200 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Ryba smażona (Morszczuk) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z kapusty białej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ryżowa 200 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Ryba pieczona (Morszczuk) 80 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Warzywa po grecku 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 150 g
		Wartość energetyczna: 2161.19 kcal; Białko ogółem: 85.64 g; Tłuszcz: 75.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; Węglowodany ogółem: 296.63 g; W tym cukry: 143.60 g; Błonnik pok.: 20.20 g; Sód: 1461.38 mg;	Wartość energetyczna: 2021.09 kcal; Białko ogółem: 84.09 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.34 g; Węglowodany ogółem: 284.11 g; W tym cukry: 140.84 g; Błonnik pok.: 18.15 g; Sód: 1461.86 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-08-15 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<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 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<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 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ,</u>) Dramstik z kurczaka pieczony 150 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JECZ,</u>) Dramstik z kurczaka pieczony 150 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1872.44 kcal; Białko ogółem: 97.53 g; Tłuszcz: 74.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 212.82 g; W tym cukry: 56.23 g; Błonnik pok.: 20.13 g; Sód: 3008.85 mg;	Wartość energetyczna: 1855.79 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz: 74.43 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 210.55 g; W tym cukry: 53.81 g; Błonnik pok.: 18.62 g; Sód: 2704.75 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 35 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<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 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<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 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Kotlet schabowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki młode gotowane 100 g Schab gotowany 80 g Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło 83% tł. 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus mango,banan,jabłko,ananas,dynia,marchew 100g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1611.13 kcal; Białko ogółem: 77.62 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 190.11 g; W tym cukry: 36.07 g; Błonnik pok.: 13.95 g; Sód: 2232.06 mg;	Wartość energetyczna: 1346.90 kcal; Białko ogółem: 77.20 g; Tłuszcz: 35.08 g; Kw. tł. nasy.: 17.70 g; Węglowodany ogółem: 182.67 g; W tym cukry: 39.65 g; Błonnik pok.: 10.90 g; Sód: 1707.64 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,