		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-12 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z kurczaka i warzyw + 50 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Zupa pomidorowa +' 170 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron muszelki + 30 g (***GLU PSZ,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem brokułowym pieczona dieta + 80 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pietruszkowy + 100 g (***MLE,***) Surówka Colesław +' 200 g (***JAJ, MLE, GOR, S02,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa +' 170 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron muszelki + 30 g (***GLU PSZ,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Roladka wołowo-wieprzowa z nadzieniem brokułowym pieczona dieta + 80 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos pietruszkowy + 100 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych z olejem +' 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Woda źródlana niegazowana* 250 ml	
		Wartość energetyczna: 1810.11 kcal; Białko ogółem: 69.97 g; Tłuszcz: 80.64 g; Kw. tł. nasy.: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 213.57 g; W tym cukry: 71.66 g; Błonnik pok.: 20.62 g; Sód: 2725.57 mg;	Wartość energetyczna: 1682.25 kcal; Białko ogółem: 70.31 g; Tłuszcz: 68.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 209.07 g; W tym cukry: 67.29 g; Błonnik pok.: 22.12 g; Sód: 3076.75 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-13 wtorek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M + 1 szt (***JAJ.***) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (***MLE.***)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE.***) Jajko gotowane kl M + 1 szt (***JAJ.***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (***MLE.***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL.***) Makaron pełnoziarnisty świderki + 100 g (***GLU PSZ.***) Gulasz z indyka dieta + 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem +' 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL.***) Makaron świderki + 100 g (***GLU PSZ.***) Gulasz z indyka dieta + 150 g Kalafior gotowany z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE.***) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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: 1654.45 kcal; Białko ogółem: 68.55 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 223.99 g; W tym cukry: 70.88 g; Błonnik pok.: 18.54 g; Sód: 2679.02 mg;	Wartość energetyczna: 1581.55 kcal; Białko ogółem: 71.87 g; Tłuszcz: 48.50 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 223.77 g; W tym cukry: 67.38 g; Błonnik pok.: 18.16 g; Sód: 2713.08 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-14 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 200 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) 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 (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 200 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) 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 (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami +' 200 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna + 100 g (***GLU JĘCZ,***) Schab gotowany + 80 g Sos własny dieta + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c +' 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna + 100 g (***GLU JĘCZ,***) Schab gotowany + 80 g Sos własny dieta + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c +' 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek pomidorowy + 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek pomidorowy + 50 g (***MLE,***) Pasta z brokuła + 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Woda źródlana niegazowana* 250 ml	
		Wartość energetyczna: 1754.33 kcal; Białko ogółem: 79.54 g; Tłuszcz: 61.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 229.61 g; W tym cukry: 72.45 g; Błonnik pok.: 18.85 g; Sód: 3563.42 mg;	Wartość energetyczna: 1838.91 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz: 66.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.37 g; Węglowodany ogółem: 236.39 g; W tym cukry: 73.05 g; Błonnik pok.: 20.23 g; Sód: 3506.34 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-15 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 200 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 200 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Zupa ryżowa z ziemniakami +' 200 g (***SOJ, SEL,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 80 g Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 200 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ryżowa z ziemniakami +' 200 g (***SOJ, SEL,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 80 g Brokuł gotowany z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek ze słonecznikiem + 50 g (***MLE,***) Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek + 50 g (***MLE,***) Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1636.10 kcal; Białko ogółem: 77.71 g; Tłuszcz: 59.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 208.35 g; W tym cukry: 49.51 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sód: 3502.37 mg;	Wartość energetyczna: 1571.22 kcal; Białko ogółem: 81.17 g; Tłuszcz: 53.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 202.39 g; W tym cukry: 47.99 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sód: 2893.17 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 200 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek różany + 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza manna na mleku 200 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek różany + 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami +' 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Morszczuk pieczony 80g + 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy + 100 g (***GLU PSZ, MLE,***) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy z olejem b/c +' 200 g (***może zawierać: SEL, SEZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Morszczuk pieczony 80g + 80 g (***RYB,***) Sos cytrynowy + 100 g (***GLU PSZ, MLE,***) Szpinak gotowany z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 60 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homogenizowany o smaku naturalnym z ziołami + 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Woda źródlana niegazowana* 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2032.97 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 89.26 g; Kw. tł. nasy.: 45.28 g; Węglowodany ogółem: 236.15 g; W tym cukry: 87.19 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sód: 3323.78 mg;	Wartość energetyczna: 1782.96 kcal; Białko ogółem: 73.01 g; Tłuszcz: 72.68 g; Kw. tł. nasy.: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 215.82 g; W tym cukry: 76.77 g; Błonnik pok.: 18.91 g; Sód: 2900.26 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-17 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 200 ml (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 200 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Schab pieczony cały na kanapki + 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Krupnik jęczmienny +' 200 g (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Kotlet z jaj pieczony dieta + 80 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos marchewkowo-koperkowy dieta + 100 g (***MLE,***) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c +' 200 g (***MLE, S02,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny +' 200 g (***SOJ, SEL, GLU JĘCZ,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Kotlet z jaj pieczony dieta + 80 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Sos marchewkowo-koperkowy dieta + 100 g (***MLE,***) Bukiet warzyw gotowanych z olejem +' 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Ser żółty 60 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek + 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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: 1863.96 kcal; Białko ogółem: 66.37 g; Tłuszcz: 83.01 g; Kw. tł. nasy.: 37.83 g; Węglowodany ogółem: 225.82 g; W tym cukry: 68.14 g; Błonnik pok.: 20.45 g; Sód: 3301.11 mg;	Wartość energetyczna: 1664.79 kcal; Białko ogółem: 73.83 g; Tłuszcz: 61.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 214.96 g; W tym cukry: 66.46 g; Błonnik pok.: 18.93 g; Sód: 3345.50 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-18 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE.***) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 60 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE.***) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)
	Obiad	Zupa wielowarzywna z ziemniakami dieta +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL.***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE.***) Kotlet z kurczaka nadziewany serem pieczony + 80 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.***) Surówka żydowska z olejem b/c +' 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa wielowarzywna z ziemniakami dieta +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL.***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE.***) Zrazik z kurczaka pieczony + 80 g (***GLU PSZ, JAJ.***) Sos szpinakowy + 100 g (***MLE.***) Dynia pieczona z olejem +' 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE.***) Ser mozzarella 60 g (***MLE.***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Woda źródlana niegazowana* 250 ml	
		Wartość energetyczna: 1558.41 kcal; Białko ogółem: 73.92 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw. tł. nasy.: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 171.79 g; W tym cukry: 33.85 g; Błonnik pok.: 18.64 g; Sód: 2800.22 mg;	Wartość energetyczna: 1616.36 kcal; Białko ogółem: 74.99 g; Tłuszcz: 70.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 181.76 g; W tym cukry: 43.64 g; Błonnik pok.: 21.41 g; Sód: 3006.67 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-19 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 200 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta jajeczno-brokułowa + 50 g (***JAJ,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 200 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta jajeczno-brokułowa + 50 g (***JAJ,***) Pasta warzywna + 100 g (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami +' 200 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (***SOJ, SEL,***) Ryż brązowy + 100 g Marchew gotowana z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana +' 200 g (***MLE, SEL,***) Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 150 g (***SOJ, SEL,***) Ryż biały + 100 g Marchew gotowana 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 (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek domowy waniliowy + 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***) Jabłko 150 g	
	PN	Banan 200 g Woda źródlana niegazowana* 250 ml	
		Wartość energetyczna: 1801.57 kcal; Białko ogółem: 62.34 g; Tłuszcz: 59.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.44 g; Węglowodany ogółem: 268.09 g; W tym cukry: 101.89 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sód: 2984.06 mg;	Wartość energetyczna: 1818.38 kcal; Białko ogółem: 59.16 g; Tłuszcz: 58.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 277.42 g; W tym cukry: 104.75 g; Błonnik pok.: 29.63 g; Sód: 3066.19 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-20 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 200 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (***RYB, SOJ, SEL,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Makaron drobny na mleku 200 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (***RYB, SOJ, SEL,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Zupa pomidorowa +' 170 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron muszelki + 30 g (***GLU PSZ,***) Gulasz wołowy dieta + 150 g Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Buraki po francusku z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa pomidorowa +' 170 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron muszelki + 30 g (***GLU PSZ,***) Gulasz wołowy dieta + 150 g Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Buraki gotowane 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 (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Woda źródlana niegazowana* 250 ml	
		Wartość energetyczna: 1697.48 kcal; Białko ogółem: 71.03 g; Tłuszcz: 59.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 229.11 g; W tym cukry: 78.33 g; Błonnik pok.: 18.07 g; Sód: 3047.24 mg;	Wartość energetyczna: 1627.74 kcal; Białko ogółem: 71.22 g; Tłuszcz: 51.81 g; Kw. tł. nasy.: 24.49 g; Węglowodany ogółem: 229.20 g; W tym cukry: 82.00 g; Błonnik pok.: 19.23 g; Sód: 2556.26 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-21 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 200 ml (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałatka jarzynowa dieta +' 100 g (***MLE, SEL,***) Kawa zbożowa z mlękiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Ryż na mleku 200 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 60 g Sałatka jarzynowa dieta +' 100 g (***MLE, SEL,***) Kawa zbożowa z mlękiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej +' 200 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Kasza jęczmienna + 100 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wieprzowy pieczony + 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy + 100 g (***MLE,***) Cukinia gotowana z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana +' 200 g (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna + 100 g (***GLU JĘCZ,***) Zrazik wieprzowy pieczony + 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy + 100 g (***MLE,***) Cukinia gotowana 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 (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek + 50 g (***MLE,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Twarożek + 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1709.53 kcal; Białko ogółem: 73.91 g; Tłuszcz: 58.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.18 g; Węglowodany ogółem: 231.64 g; W tym cukry: 68.32 g; Błonnik pok.: 20.12 g; Sód: 3247.23 mg;	Wartość energetyczna: 1718.61 kcal; Białko ogółem: 72.65 g; Tłuszcz: 59.08 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 233.33 g; W tym cukry: 67.09 g; Błonnik pok.: 19.06 g; Sód: 3127.10 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-22 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (***MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpieprzowy średnio rozdrobniony,pieczony 60 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Indyk pieczony z Bobrownik produkt blokowy drobiowo wpieprzowy średnio rozdrobniony,pieczony 60 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 200 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (***SEL,***) Makaron spaghetti + 100 g (***GLU PSZ,***) Kalafior gotowany z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami + 200 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron spaghetti + 100 g (***GLU PSZ,***) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 150 g (***SEL,***) Kalafior gotowany 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 (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z pieczonych buraków dieta + 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z pieczonych buraków dieta + 50 g (***MLE,***) Marchew gotowana plastry 100 g
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt Woda źródlana niegazowana* 250 ml	
		Wartość energetyczna: 1591.65 kcal; Białko ogółem: 72.97 g; Tłuszcz: 50.89 g; Kw. tł. nasy.: 22.41 g; Węglowodany ogółem: 220.67 g; W tym cukry: 59.06 g; Błonnik pok.: 21.17 g; Sód: 3105.72 mg;	Wartość energetyczna: 1632.89 kcal; Białko ogółem: 72.08 g; Tłuszcz: 53.10 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 227.31 g; W tym cukry: 63.19 g; Błonnik pok.: 23.84 g; Sód: 3257.11 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-23 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 200 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Powidła śliwkowe 30g 1 szt Twarożek + 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Zacierka na mleku 200 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Dżem truskawkowy 25g 2 szt Twarożek + 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Pulpet z morszczuka na parze + 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c +' 200 g (***MLE, SO2,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos szpinakowy + 100 g (***MLE,***)	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Pulpet z morszczuka na parze + 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Bukiet warzyw gotowanych z olejem +' 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos szpinakowy + 100 g (***MLE,***)
	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M + 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M + 1 szt (***JAJ,***) Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Woda źródlana niegazowana* 250 ml	
		Wartość energetyczna: 1963.26 kcal; Białko ogółem: 80.03 g; Tłuszcz: 72.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 258.43 g; W tym cukry: 101.19 g; Błonnik pok.: 22.73 g; Sód: 2781.64 mg;	Wartość energetyczna: 1813.95 kcal; Białko ogółem: 79.91 g; Tłuszcz: 64.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 240.65 g; W tym cukry: 90.07 g; Błonnik pok.: 22.33 g; Sód: 3144.91 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-24 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 200 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta jajeczna z szynką + 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki owsiane na mleku 200 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Pasta jajeczna z szynką + 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Zupa ziemniaczana +' 200 g (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna + 100 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Sos własny dieta + 100 g Ćwikła z chrzanem z olejem + 200 g (***MLE, S02,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana +' 200 g (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna + 100 g (***GLU JĘCZ,***) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Sos własny dieta + 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c +' 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homogenizowany pomidorowy + 50 g (***MLE,***) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Serek homogenizowany pomidorowy + 50 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1721.68 kcal; Białko ogółem: 75.92 g; Tłuszcz: 59.66 g; Kw. tł. nasy.: 22.44 g; Węglowodany ogółem: 227.20 g; W tym cukry: 54.15 g; Błonnik pok.: 18.92 g; Sód: 3284.88 mg;	Wartość energetyczna: 1744.19 kcal; Białko ogółem: 73.53 g; Tłuszcz: 62.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.63 g; Węglowodany ogółem: 229.39 g; W tym cukry: 59.75 g; Błonnik pok.: 21.47 g; Sód: 3510.87 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-25 niedziela	Śniadanie	Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE.***) Pasta z miruny z warzywami + 50 g (***RYB, SEL.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE.***) Pasta z miruny z warzywami + 50 g (***RYB, SEL.***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.***)
	Obiad	Rosół + 170 g (***SOJ, SEL.***) Makaron nitka z natką pietruszki + 30 g (***GLU PSZ.***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE.***) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Surówka z marchwi i chrzanu b/c + 200 g (***JAJ, MLE, GOR, S02.***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół + 170 g (***SOJ, SEL.***) Makaron nitka z natką pietruszki + 60 g (***GLU PSZ.***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE.***) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE.***) Brokuł gotowany z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE.***) Porzeczkowy twarożek + 50 g (***MLE.***) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	Bułka pszenno-żytnia 50g 1 szt (***GLU PSZ, GLU ŻYT.***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE.***) Porzeczkowy twarożek + 50 g (***MLE.***) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Woda źródlana niegazowana* 250 ml	
		Wartość energetyczna: 1541.43 kcal; Białko ogółem: 78.48 g; Tłuszcz: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 194.73 g; W tym cukry: 56.73 g; Błonnik pok.: 22.50 g; Sód: 2426.50 mg;	Wartość energetyczna: 1555.73 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz: 49.32 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 203.39 g; W tym cukry: 53.52 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sód: 2306.96 mg;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,
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 zawierajace 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 ogółemwg 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,