		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-26 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne 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,***) Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pasta warzywna + 100 g (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne 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,***) Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pasta warzywna + 100 g (***SEL,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Roladka wołowo-wieprzowa z warzywami, pieczona dieta + 80 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Sos pieczeniowy + 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 pomidorowa z ryżem +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Roladka wołowo-wieprzowa z warzywami, pieczona dieta + 80 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Sos własny dieta + 100 g 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 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: 1860.96 kcal; Białko ogółem: 81.01 g; Tłuszcz: 80.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 217.49 g; W tym cukry: 59.28 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sód: 3171.36 mg;	Wartość energetyczna: 1758.25 kcal; Białko ogółem: 82.21 g; Tłuszcz: 69.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 209.72 g; W tym cukry: 49.74 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sód: 3476.06 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-27 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.***) Pasta ze schabu w ziołach + 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata lodowa 20 g Zacierka na mleku 200 ml (***GLU PSZ, 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.***) Pasta ze schabu w ziołach + 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Zacierka na mleku 200 ml (***GLU PSZ, MLE.***)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL.***) Ryż biały + 100 g Gulasz z indyka dieta + 150 g Cukinia gotowana 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 z cynamonem b/c + 50 g (***MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ.***) Jabłko 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: 1703.06 kcal; Białko ogółem: 75.99 g; Tłuszcz: 53.45 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 238.01 g; W tym cukry: 78.87 g; Błonnik pok.: 16.73 g; Sód: 2792.96 mg;	Wartość energetyczna: 1699.16 kcal; Białko ogółem: 74.85 g; Tłuszcz: 53.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 237.20 g; W tym cukry: 79.50 g; Błonnik pok.: 16.31 g; Sód: 2803.34 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-28 środa	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,***) 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,***)	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,***) 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 koperkowa z ryżem +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Schab gotowany + 80 g Sos pietruszkowy + 100 g (***MLE,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Schab gotowany + 80 g Sos pietruszkowy + 100 g (***MLE,***) Buraki gotowane 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 homogenizowany pomidorowy + 50 g (***MLE,***) Pasta z brokuła + 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	PN	Gruszka 150 g Woda źródlana niegazowana* 250 ml	Banan 200 g Woda źródlana niegazowana* 250 ml
		Wartość energetyczna: 1759.41 kcal; Białko ogółem: 80.41 g; Tłuszcz: 72.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 207.08 g; W tym cukry: 57.09 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sód: 3755.83 mg;	Wartość energetyczna: 1830.87 kcal; Białko ogółem: 83.14 g; Tłuszcz: 59.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 251.22 g; W tym cukry: 99.83 g; Błonnik pok.: 24.09 g; Sód: 3261.51 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-29 czwartek	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,***) Jajko gotowane kl M + 1 szt (***JAJ,***) Ogórek świeży 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,***) Jajko gotowane kl M + 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 80 g Surówka Colesław +' 200 g (***JAJ, MLE, GOR, S02,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 80 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem + 200 g (***SEL,***) 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,***) Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1703.34 kcal; Białko ogółem: 70.06 g; Tłuszcz: 72.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.53 g; Węglowodany ogółem: 203.74 g; W tym cukry: 71.67 g; Błonnik pok.: 19.32 g; Sód: 2876.56 mg;	Wartość energetyczna: 1601.38 kcal; Białko ogółem: 68.90 g; Tłuszcz: 59.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.44 g; Węglowodany ogółem: 208.01 g; W tym cukry: 73.38 g; Błonnik pok.: 22.79 g; Sód: 2760.48 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-30 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,***) Porzeczkowy twarożek + 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,***) Porzeczkowy twarożek + 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 panierowany pieczony 80g + 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, papryką czerwoną i koperkiem z olejem b/c +' 200 g 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 koperkowy dieta + 100 g (***MLE,***) Marchew gotowana plastry 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: 1866.24 kcal; Białko ogółem: 81.44 g; Tłuszcz: 73.44 g; Kw. tł. nasy.: 36.34 g; Węglowodany ogółem: 233.99 g; W tym cukry: 75.37 g; Błonnik pok.: 20.67 g; Sód: 2759.77 mg;	Wartość energetyczna: 1623.17 kcal; Białko ogółem: 68.69 g; Tłuszcz: 58.79 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; Węglowodany ogółem: 217.11 g; W tym cukry: 81.12 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sód: 2923.43 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-10-31 sobota	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 ciecierzycy z warzywami + 50 g (***SEL,***) Pomidor 80 g Mix sałat 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,***) Polędwica delikatna-produkt blokowy drobiowo-wieprzowy,średnio rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 60 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki + 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Zupa cukiniowa z ziemniakami +' 200 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Ryż biały + 100 g Sos z tofu i warzywami do risotto dieta + 150 g (***SOJ, MLE, SEL,***) 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 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: 1535.79 kcal; Białko ogółem: 56.43 g; Tłuszcz: 47.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 233.45 g; W tym cukry: 69.15 g; Błonnik pok.: 25.24 g; Sód: 3300.56 mg;	Wartość energetyczna: 1580.19 kcal; Białko ogółem: 66.03 g; Tłuszcz: 51.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 225.32 g; W tym cukry: 67.95 g; Błonnik pok.: 23.16 g; Sód: 3962.10 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-01 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 warzyw i szynki drobiowej + 50 g (***SEL,***) 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,***) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 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 ogórkowa z ziemniakami +' 200 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Kotlet drobiowy panierowany z fileta z kurczaka + 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka z marchwi i jabłka 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 ziołowy + 100 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka z marchwi 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 z ziołami + 50 g (***MLE,***) Jabłko 150 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: 1489.66 kcal; Białko ogółem: 54.84 g; Tłuszcz: 53.92 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 209.71 g; W tym cukry: 76.54 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sód: 2500.24 mg;	Wartość energetyczna: 1493.19 kcal; Białko ogółem: 52.83 g; Tłuszcz: 57.27 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 203.68 g; W tym cukry: 76.79 g; Błonnik pok.: 21.46 g; Sód: 2662.95 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-02 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,***) Ogórek świeży 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	Zupa ziemniaczana a'la solferino +' 200 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Naleśniki z serem białym + 300 g (***GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR,***) Jabłka prażone + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana a'la solferino +' 200 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Masa serowa do makaronu b/c + 100 g (***MLE,***) Makaron świderki + 100 g (***GLU PSZ,***) Jabłka prażone + 100 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 twarogu z koperkiem + 50 g (***MLE,***) Pomidor 100 g	
	PN	Banan 200 g Woda źródlana niegazowana* 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2055.86 kcal; Białko ogółem: 84.78 g; Tłuszcz: 65.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 288.05 g; W tym cukry: 112.17 g; Błonnik pok.: 15.92 g; Sód: 1824.15 mg;	Wartość energetyczna: 1733.03 kcal; Białko ogółem: 69.07 g; Tłuszcz: 54.44 g; Kw. tł. nasy.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 251.27 g; W tym cukry: 94.69 g; Błonnik pok.: 19.85 g; Sód: 2014.99 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-03 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, 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, SEL,***) Pomidor 90 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami +' 200 g (***SOJ, SEL,***) Gulasz wołowy dieta + 150 g Ryż biały + 100 g Surówka z czerwonej kapusty b/c +' 200 g (***MLE, S02,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami +' 200 g (***SOJ, SEL,***) Gulasz wołowy dieta + 150 g Ryż biały + 100 g Dynia pieczona 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,***) Ser mozzarella 60 g (***MLE,***) Cukinia gotowana z olejem puree + 100 g	
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1692.97 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 54.30 g; Kw. tł. nasy.: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 231.84 g; W tym cukry: 70.27 g; Błonnik pok.: 18.02 g; Sód: 2945.28 mg;	Wartość energetyczna: 1806.87 kcal; Białko ogółem: 77.82 g; Tłuszcz: 63.96 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; Węglowodany ogółem: 240.06 g; W tym cukry: 74.98 g; Błonnik pok.: 21.12 g; Sód: 2952.32 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-04 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 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,***) 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 mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ryżem +' 200 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Zrazik wieprzowy pieczony + 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos musztardowy + 100 g (***GOR,***) Buraki gotowane z olejem + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana +' 200 g (***MLE, SEL,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Zrazik wieprzowy pieczony + 80 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos pietruszkowy + 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,***) Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN	Jabłko 150 g Woda źródlana niegazowana* 250 ml	
		Wartość energetyczna: 1773.53 kcal; Białko ogółem: 75.79 g; Tłuszcz: 62.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 233.75 g; W tym cukry: 82.05 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sód: 3693.20 mg;	Wartość energetyczna: 1773.60 kcal; Białko ogółem: 73.52 g; Tłuszcz: 65.23 g; Kw. tł. nasy.: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 234.60 g; W tym cukry: 79.72 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sód: 3444.27 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-05 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,***) Delikatna wieprzowina w sosie warzywnym +' 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Makaron świderki + 100 g (***GLU PSZ,***) Bukiet warzyw gotowanych +' 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami +' 200 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron świderki + 100 g (***GLU PSZ,***) Delikatna wieprzowina w sosie warzywnym +' 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Bukiet warzyw gotowanych +' 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,***) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (***MLE,***) Pasta warzywna z cukini i marchewki + 100 g	
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia 120g 1 szt Woda źródlana niegazowana* 250 ml	
		Wartość energetyczna: 1598.28 kcal; Białko ogółem: 82.65 g; Tłuszcz: 47.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.20 g; Węglowodany ogółem: 221.28 g; W tym cukry: 59.84 g; Błonnik pok.: 22.98 g; Sód: 3425.79 mg;	Wartość energetyczna: 1593.88 kcal; Białko ogółem: 81.53 g; Tłuszcz: 47.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.18 g; Węglowodany ogółem: 220.22 g; W tym cukry: 59.75 g; Błonnik pok.: 22.10 g; Sód: 3441.79 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-06 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,***) Jajko gotowane kl M + 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 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,***) Drożdżówka z jabłkami 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ,***) Masło 83% tł. 10 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M + 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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,***) Kotlet z morszczuka 80g + 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c + 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	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,***) Szpinak rozdrobniony gotowany z olejem + 200 g Sos cytrynowy + 100 g (***GLU PSZ, MLE,***) 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 brzoskwiniowy (dieta) + 50 g (***MLE,***) Jabłko 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: 1753.33 kcal; Białko ogółem: 65.48 g; Tłuszcz: 71.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 222.51 g; W tym cukry: 82.84 g; Błonnik pok.: 19.36 g; Sód: 2804.91 mg;	Wartość energetyczna: 1885.53 kcal; Białko ogółem: 71.92 g; Tłuszcz: 79.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.48 g; Węglowodany ogółem: 227.83 g; W tym cukry: 84.62 g; Błonnik pok.: 19.30 g; Sód: 2867.35 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-07 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne 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,***) Pasta jajeczna z szynką + 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)	Płatki pszenne 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,***) Pasta jajeczna z szynką + 50 g (***JAJ, MLE,***) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***)
	Obiad	Zupa selerowa +' 170 g (***SOJ, MLE, SEL,***) Makaron muszelki + 30 g (***GLU PSZ,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 80 g Sos własny dieta + 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 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 z kolorową papryką +' 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 + 50 g (***MLE,***) Marchew gotowana z olejem 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml
	PN	Banan 200 g Woda źródlana niegazowana* 250 ml	
		Wartość energetyczna: 1804.28 kcal; Białko ogółem: 72.22 g; Tłuszcz: 66.42 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 237.59 g; W tym cukry: 86.98 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sód: 2738.48 mg;	Wartość energetyczna: 1842.22 kcal; Białko ogółem: 72.23 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 241.06 g; W tym cukry: 89.89 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sód: 2838.64 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-08 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 + 30 g (***GLU PSZ,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Sos pomidorowy + 100 g Surówka z białej kapusty z koperkiem z olejem b/c +' 200 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół + 170 g (***SOJ, SEL,***) Makaron nitka + 30 g (***GLU PSZ,***) Puree ziemniaczane + 100 g (***MLE,***) Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 80 g Sos pomidorowy + 100 g 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,***) Pasta z twarogu i wędliny drob - wp z natką pietruszki + 50 g (***MLE,***) 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 Woda źródlana niegazowana* 250 ml	
		Wartość energetyczna: 1562.54 kcal; Białko ogółem: 83.73 g; Tłuszcz: 58.41 g; Kw. tł. nasy.: 22.24 g; Węglowodany ogółem: 187.16 g; W tym cukry: 45.78 g; Błonnik pok.: 22.26 g; Sód: 2861.01 mg;	Wartość energetyczna: 1574.22 kcal; Białko ogółem: 83.79 g; Tłuszcz: 56.67 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 193.94 g; W tym cukry: 49.87 g; Błonnik pok.: 24.15 g; Sód: 2864.29 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,