		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-09 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,***) Pasta warzywna + 100 g (***SEL,***) 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: 1820.46 kcal; Białko ogółem: 72.48 g; Tłuszcz: 78.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 219.89 g; W tym cukry: 74.12 g; Błonnik pok.: 23.67 g; Sód: 3061.38 mg;	Wartość energetyczna: 1692.60 kcal; Białko ogółem: 72.82 g; Tłuszcz: 66.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 215.39 g; W tym cukry: 69.75 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sód: 3412.56 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-10 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 kiszony 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,***) 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: 1702.23 kcal; Białko ogółem: 67.99 g; Tłuszcz: 58.67 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 236.00 g; W tym cukry: 81.01 g; Błonnik pok.: 19.95 g; Sód: 3223.82 mg;	Wartość energetyczna: 1635.73 kcal; Białko ogółem: 71.31 g; Tłuszcz: 48.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.29 g; Węglowodany ogółem: 237.57 g; W tym cukry: 79.23 g; Błonnik pok.: 19.74 g; Sód: 2708.05 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-11 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,***) Pasta z brokuła + 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: 1801.35 kcal; Białko ogółem: 81.92 g; Tłuszcz: 66.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.63 g; Węglowodany ogółem: 225.70 g; W tym cukry: 57.53 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sód: 3708.66 mg;	Wartość energetyczna: 1820.91 kcal; Białko ogółem: 81.18 g; Tłuszcz: 66.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 231.59 g; W tym cukry: 58.05 g; Błonnik pok.: 21.43 g; Sód: 3466.34 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-12 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 kiszony 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 + 50 g (***MLE,***) Pasta z pieczonych warzyw dieta + 100 g (***SEL,***) Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 250 ml	
	PN	Mandarynka 150 g	
		Wartość energetyczna: 1633.96 kcal; Białko ogółem: 75.81 g; Tłuszcz: 59.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 209.34 g; W tym cukry: 61.61 g; Błonnik pok.: 26.35 g; Sód: 4015.12 mg;	Wartość energetyczna: 1579.32 kcal; Białko ogółem: 79.43 g; Tłuszcz: 53.89 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 205.33 g; W tym cukry: 61.79 g; Błonnik pok.: 23.48 g; Sód: 2894.67 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-13 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: 2011.37 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz: 86.56 g; Kw. tł. nasy.: 43.68 g; Węglowodany ogółem: 236.33 g; W tym cukry: 85.57 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sód: 3325.58 mg;	Wartość energetyczna: 1761.36 kcal; Białko ogółem: 73.19 g; Tłuszcz: 69.98 g; Kw. tł. nasy.: 31.15 g; Węglowodany ogółem: 216.00 g; W tym cukry: 75.15 g; Błonnik pok.: 18.91 g; Sód: 2902.06 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-14 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,***) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 60 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, SO2,***) 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,***) Pasta warzywna + 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 warzywna + 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: 1925.64 kcal; Białko ogółem: 67.23 g; Tłuszcz: 87.21 g; Kw. tł. nasy.: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 232.12 g; W tym cukry: 69.99 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sód: 3623.95 mg;	Wartość energetyczna: 1675.43 kcal; Białko ogółem: 68.63 g; Tłuszcz: 62.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 220.82 g; W tym cukry: 68.70 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sód: 4087.37 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-15 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 100 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 Pasta z brokuła + 100 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: 1562.32 kcal; Białko ogółem: 73.87 g; Tłuszcz: 68.77 g; Kw. tł. nasy.: 24.40 g; Węglowodany ogółem: 172.70 g; W tym cukry: 34.76 g; Błonnik pok.: 18.77 g; Sód: 2799.92 mg;	Wartość energetyczna: 1680.56 kcal; Białko ogółem: 76.72 g; Tłuszcz: 76.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.83 g; Węglowodany ogółem: 182.45 g; W tym cukry: 43.15 g; Błonnik pok.: 22.45 g; Sód: 3199.59 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-16 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
2026-11-17 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,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki + 100 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,***) Pasta z kalafiora z natką pietruszki + 100 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,***) 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: 1747.61 kcal; Białko ogółem: 72.25 g; Tłuszcz: 64.94 g; Kw. tł. nasy.: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 229.74 g; W tym cukry: 78.36 g; Błonnik pok.: 19.51 g; Sód: 3288.32 mg;	Wartość energetyczna: 1677.37 kcal; Białko ogółem: 72.45 g; Tłuszcz: 56.80 g; Kw. tł. nasy.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 229.58 g; W tym cukry: 81.31 g; Błonnik pok.: 20.20 g; Sód: 2802.96 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-18 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	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,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	
	PN	Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt	
		Wartość energetyczna: 1693.11 kcal; Białko ogółem: 73.35 g; Tłuszcz: 58.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.12 g; Węglowodany ogółem: 228.41 g; W tym cukry: 66.03 g; Błonnik pok.: 19.10 g; Sód: 3251.10 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
2026-11-19 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 Pasta z cukinii i marchwi + 100 g (***SOJ,***) 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 Pasta z cukinii i marchwi + 100 g (***SOJ,***) 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: 1648.77 kcal; Białko ogółem: 73.41 g; Tłuszcz: 56.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 223.41 g; W tym cukry: 60.22 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sód: 3267.93 mg;	Wartość energetyczna: 1690.01 kcal; Białko ogółem: 72.53 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 230.05 g; W tym cukry: 64.35 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sód: 3419.32 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-20 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,***) 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,***) Twarożek + 50 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 30g 1 szt Powidła śliwkowe 30g 1 szt 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,***) Twarożek + 50 g (***MLE,***) Dżem truskawkowy 25g 2 szt Jabłko 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: 1877.15 kcal; Białko ogółem: 71.06 g; Tłuszcz: 69.37 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 253.15 g; W tym cukry: 97.18 g; Błonnik pok.: 21.70 g; Sód: 2677.51 mg;	Wartość energetyczna: 1744.25 kcal; Białko ogółem: 71.50 g; Tłuszcz: 61.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 238.59 g; W tym cukry: 88.35 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sód: 3036.91 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-21 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,***) Marchew gotowana plastry z olejem +' 100 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: 1812.31 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 245.02 g; W tym cukry: 76.31 g; Błonnik pok.: 21.78 g; Sód: 2840.35 mg;	Wartość energetyczna: 1801.37 kcal; Białko ogółem: 71.48 g; Tłuszcz: 63.99 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 242.60 g; W tym cukry: 78.90 g; Błonnik pok.: 21.68 g; Sód: 2968.11 mg;

		KRK- RYD P01 Podstawowa	KRK- RYD P02 Łatwo strawna
2026-11-22 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 Sos koperkowy dieta + 100 g (***MLE.***) 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: 1581.51 kcal; Białko ogółem: 79.33 g; Tłuszcz: 58.28 g; Kw. tł. nasy.: 24.00 g; Węglowodany ogółem: 196.97 g; W tym cukry: 57.53 g; Błonnik pok.: 22.60 g; Sód: 2643.15 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,