<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> *Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI*

		KRK- JĘD Podstawowa	KRK- JĘD Łatwo strawna	KRK- JĘD Cukrzycowa
2024-02-05 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (***MLE, GLU JĘCZ,***) Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Gulasz warzywny z ciecierzycą. () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Gulasz warzywny z tofu dieta () 150 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Marchew gotowana z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Brokułowa z ryżem ( ) 400 ml (***MLE, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Gulasz warzywny z tofu dieta () 150 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Mix sałat 20 g Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Paprykarz szczeciński 80 g (***RYB, SOJ,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Mix sałat 20 g Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 80 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		E: 2294.04 kcal; B: 66.29 g; T: 66.34 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; W: 373.85 g; W tym cukry: 69.15 g; Bł.: 41.31 g; Sól: 10.26 g;	E: 2181.36 kcal; B: 67.21 g; T: 60.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.82 g; W: 358.71 g; W tym cukry: 66.93 g; Bł.: 36.74 g; Sól: 10.69 g;	E: 2178.20 kcal; B: 77.18 g; T: 64.33 g; Kw. tł. nasy.: 25.94 g; W: 345.50 g; W tym cukry: 59.56 g; Bł.: 45.79 g; Sól: 9.64 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> *Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI*

		KRK- JĘD Podstawowa	KRK- JĘD Łatwo strawna	KRK- JĘD Cukrzycowa
2024-02-06 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 250 g (***GLU PSZ,***) Bitka z szynki wieprzowej 70 g (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Sos szpinakowy* 70 ml (***GLU PSZ,***)	Solferino ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 250 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos szpinakowy* 70 ml (***GLU PSZ,***) Dynia duszona z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron 250 g (***GLU PSZ,***) Szynka wieprzowa gotowana 70 g Sos szpinakowy* 70 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Twarożek 60 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Twarożek 80 g (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Twarożek 80 g (***MLE,***) Pomidor 80 g Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		E: 2284.79 kcal; B: 88.62 g; T: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.41 g; W: 344.02 g; W tym cukry: 46.88 g; Bł.: 26.62 g; Sól: 8.24 g;	E: 2221.47 kcal; B: 86.97 g; T: 52.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.65 g; W: 356.10 g; W tym cukry: 56.41 g; Bł.: 25.58 g; Sól: 6.88 g;	E: 2144.84 kcal; B: 99.95 g; T: 57.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.92 g; W: 322.30 g; W tym cukry: 43.42 g; Bł.: 34.78 g; Sól: 7.52 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> *Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI*

		KRK- JĘD Podstawowa	KRK- JĘD Łatwo strawna	KRK- JĘD Cukrzycowa
2024-02-07 środa	Śniadanie	Płatki owiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 50 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Płatki owiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Płatki owiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 70 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ćwikła z chrzanem () 150 g (***MLE, S02,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grysikowa () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 70 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki podprawiane -drobno tarte () 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 70 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Sałatka szwedzka b/c () 150 g (***GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ, MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g	Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka wieprzowa,wędzona parzona z dodatkiem wody. 50 g (***SOJ, MLE,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g
	PN	Dżem 25 g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek kanapkowy mini o smaku śmietankowym 30g 1 szt (***MLE,***)
		E: 2619.04 kcal; B: 95.14 g; T: 65.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.36 g; W: 431.81 g; W tym cukry: 91.55 g; Bł.: 36.87 g; Sól: 8.81 g;	E: 2200.29 kcal; B: 78.35 g; T: 44.83 g; Kw. tł. nasy.: 22.91 g; W: 383.09 g; W tym cukry: 71.50 g; Bł.: 27.04 g; Sól: 7.82 g;	E: 2445.79 kcal; B: 103.60 g; T: 61.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; W: 389.47 g; W tym cukry: 66.18 g; Bł.: 43.57 g; Sól: 9.08 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> *Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI*

		KRK- JĘD Podstawowa	KRK- JĘD Łatwo strawna	KRK- JĘD Cukrzycowa
2024-02-08 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Rogal maślany 50g 1 szt (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***)	Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Pomidor 80 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 70 ml (***GLU PSZ,***) Surówka z selera i marchwi z olejem () 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 70 ml (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Cukinia pieczona z olejem * 150 g	Ziemniaczana ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Risotto z mięsem wieprzowym i warzywami () 300 g (***SEL,***) Sos pomidorowy 70 ml (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z selera i marchwi z olejem () b/c 150 g (***SEL,***)
	PD			Maślanka 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Sałatka jarzynowa () 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Sałatka jarzynowa - dieta () 100 g (***MLE, SEL,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ,***) Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
		E: 2572.22 kcal; B: 83.56 g; T: 82.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; W: 386.91 g; W tym cukry: 61.69 g; Bł.: 37.84 g; Sól: 7.83 g;	E: 2318.05 kcal; B: 79.04 g; T: 72.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; W: 348.83 g; W tym cukry: 55.64 g; Bł.: 29.74 g; Sól: 7.40 g;	E: 2327.06 kcal; B: 93.90 g; T: 74.91 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; W: 339.40 g; W tym cukry: 57.95 g; Bł.: 46.61 g; Sól: 6.85 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> *Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI*

		KRK- JĘD Podstawowa	KRK- JĘD Łatwo strawna	KRK- JĘD Cukrzycowa
2024-02-09 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Dżem 50 g Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Twaróg półtłusty 50 g (***MLE,***)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (***GLU PSZ, MLE,***) Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Ser żółty 40 g (***MLE,***) Mandarynka 2 szt Herbata czarna granulowana b/c 250 ml
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Obiad	Krem z dyni i marchwi *() 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Ryba smażona (Dorsz) 80 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z dyni i marchwi *() 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Pulpet z ryby (Dorsz) 70 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krem z dyni i marchwi *() 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Pulpet z ryby (Dorsz) 70 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		E: 2376.92 kcal; B: 76.83 g; T: 60.26 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; W: 395.92 g; W tym cukry: 102.04 g; Bł.: 37.32 g; Sól: 6.97 g;	E: 2213.38 kcal; B: 73.41 g; T: 51.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; W: 377.23 g; W tym cukry: 88.75 g; Bł.: 33.58 g; Sól: 7.01 g;	E: 2250.75 kcal; B: 94.78 g; T: 67.15 g; Kw. tł. nasy.: 34.54 g; W: 336.08 g; W tym cukry: 66.86 g; Bł.: 42.36 g; Sól: 7.20 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> *Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI*

		KRK- JĘD Podstawowa	KRK- JĘD Łatwo strawna	KRK- JĘD Cukrzycowa
2024-02-10 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Parówki drobiowo-wieprz (homogenizowane,wędz,parz w osłonce niejadalnej) 70 g (***SOJ,***) Ketchup 20 g (***SEL,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (***GLU JĘCZ,***) Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami ( ) 400 ml (***MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (***GLU PSZ,***) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (***GLU JĘCZ,***) Gulasz wieprzowy- dieta 150 g (***GLU PSZ,***) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
		E: 2455.94 kcal; B: 83.68 g; T: 81.54 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; W: 357.29 g; W tym cukry: 48.41 g; Bł.: 34.35 g; Sól: 11.52 g;	E: 2289.44 kcal; B: 78.48 g; T: 68.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; W: 352.86 g; W tym cukry: 55.98 g; Bł.: 33.71 g; Sól: 8.46 g;	E: 2338.40 kcal; B: 99.11 g; T: 75.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.20 g; W: 333.58 g; W tym cukry: 42.24 g; Bł.: 42.29 g; Sól: 9.77 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> *Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI*

		KRK- JĘD Podstawowa	KRK- JĘD Łatwo strawna	KRK- JĘD Cukrzycowa
2024-02-11 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (***SOJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki () 250 g udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 120 g Surówka Colesław () 150 g (***JAJ, MLE, GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Rosół z makaronem () 400 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Udziec drobiowy gotowany z/k z/s 120 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c () 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Kefir 2% tł 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Pasta z twarogu i słonecznika z natką pietruszki 80 g (***MLE,***) Chleb Graham 70 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Mus tymbark ryż + owoce tropikalne 100 g 1 szt		
		E: 2278.23 kcal; B: 97.12 g; T: 66.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.83 g; W: 334.39 g; W tym cukry: 69.13 g; Bł.: 26.41 g; Sól: 7.87 g;	E: 2199.53 kcal; B: 97.55 g; T: 61.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; W: 326.22 g; W tym cukry: 60.11 g; Bł.: 25.15 g; Sól: 8.06 g;	E: 2091.98 kcal; B: 104.22 g; T: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 30.82 g; W: 279.20 g; W tym cukry: 60.04 g; Bł.: 30.32 g; Sól: 6.20 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> *Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI*

		KRK- JĘD Podstawowa	KRK- JĘD Łatwo strawna	KRK- JĘD Cukrzycowa
2024-02-12 poniedziałek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Makaron drobny na mleku 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (***SOJ,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Makaron drobny na mleku 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (***SOJ,***) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej () 400 ml (***GLU PSZ, SEL, GOR,***) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet wieprzowy 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 70 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet wieprzowy 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 70 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Ziemniaczana ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kasza jęczmienna/sypko 250 g (***GLU JĘCZ,***) Pulpet wieprzowy 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Sos jarzynowy () 70 ml (***GLU PSZ, SEL,***) Surówka z marchwi z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Biszkopty b/c 30 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g		Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Twaróg półtłusty 60 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt		
		E: 2342.08 kcal; B: 82.54 g; T: 67.19 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; W: 368.30 g; W tym cukry: 65.20 g; Bł.: 33.43 g; Sól: 10.24 g;	E: 2292.14 kcal; B: 80.64 g; T: 61.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.42 g; W: 366.24 g; W tym cukry: 55.76 g; Bł.: 26.96 g; Sól: 8.45 g;	E: 2305.15 kcal; B: 91.27 g; T: 61.63 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; W: 367.01 g; W tym cukry: 48.86 g; Bł.: 41.47 g; Sól: 9.00 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> *Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI*

		KRK- JĘD Podstawowa	KRK- JĘD Łatwo strawna	KRK- JĘD Cukrzycowa
2024-02-13 wtorek	Śniadanie	Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Jarzynowa z zacierką ( )-podstawa 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 70 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy. ( ) 70 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g (***JAJ, GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 70 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy. ( ) 70 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Marchew oprószana z olejem () 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką dieta ( ) 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 70 g (***GLU PSZ,***) Sos pietruszkowy. ( ) 70 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wykwintna z olejem b/c 150 g (***JAJ, GOR,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Podpłomyki b/c 20 g (***GLU PSZ, MLE,***)
	Kolacja	Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Szynka Konserwowa wieprzowa,produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 50 g (***SOJ,***) Rzodkiew biała 80 g Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		E: 2118.46 kcal; B: 72.24 g; T: 62.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.98 g; W: 329.80 g; W tym cukry: 53.46 g; Bł.: 31.30 g; Sól: 7.69 g;	E: 2041.13 kcal; B: 69.27 g; T: 53.93 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; W: 331.98 g; W tym cukry: 52.90 g; Bł.: 29.23 g; Sól: 8.00 g;	E: 2097.55 kcal; B: 81.06 g; T: 64.86 g; Kw. tł. nasy.: 25.01 g; W: 315.28 g; W tym cukry: 43.27 g; Bł.: 39.46 g; Sól: 6.79 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> *Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI*

		KRK- JĘD Podstawowa	KRK- JĘD Łatwo strawna	KRK- JĘD Cukrzycowa
2024-02-14 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 150 g		Płatki owsiane na mleku 300 ml (***MLE, GLU OW,***) Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 150 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowy naturalny 70 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowy naturalny 70 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Mus z jabłek () z/c 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 250 g Sos jogurtowy naturalny 70 g (***MLE,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Mus z jabłek () b/c 150 g
	PD			Biszkopty b/c 50 g (***GLU PSZ, JAJ,***)
	Kolacja	Sałata zielona 20 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) i warzyw () 60 g (***RYB, SEL,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g	Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (***SOJ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Sałata zielona 20 g Szynka z indykiem prasowana z dodatkiem surowców wieprzowych, z połączonych kawałków mięsa, parzona 50 g (***SOJ,***) Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Ogórek kiszony 80 g
	PN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
		E: 2304.52 kcal; B: 69.16 g; T: 49.27 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; W: 409.17 g; W tym cukry: 79.03 g; Bł.: 34.66 g; Sól: 7.47 g;	E: 2302.06 kcal; B: 64.24 g; T: 47.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; W: 417.40 g; W tym cukry: 78.97 g; Bł.: 32.70 g; Sól: 6.94 g;	E: 2353.67 kcal; B: 77.38 g; T: 50.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.07 g; W: 413.70 g; W tym cukry: 58.94 g; Bł.: 42.25 g; Sól: 7.36 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> *Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI*

		KRK- JĘD Podstawowa	KRK- JĘD Łatwo strawna	KRK- JĘD Cukrzycowa
2024-02-15 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Serek fromage naturalny 80g -Górski przysmak 0,5 szt (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 20 g (***SOJ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Twarożek 60 g (***MLE,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z sosem bolognese, z łop wp () 350 g (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (***SEL,***)	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 350 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Bukiet warzyw gotowanych (march,kalafior, brokuł)* 150 g	Szpinakowa z ziemniakami ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Makaron z sosem bolognese, z łop wp - dieta () 350 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Surówka z selera i jabłka z olejem () 150 g (***SEL,***)
	PD			Kefir 2% tł 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Pasztet z fasoli () 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 80 g Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Szynka Konserwowa drobiowa z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa w osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Pasztet z fasoli () 60 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Pomidor 80 g Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		E: 2577.35 kcal; B: 83.90 g; T: 90.22 g; Kw. tł. nasy.: 33.32 g; W: 375.16 g; W tym cukry: 59.19 g; Bł.: 39.94 g; Sól: 7.44 g;	E: 2189.34 kcal; B: 79.39 g; T: 58.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.46 g; W: 348.83 g; W tym cukry: 56.55 g; Bł.: 28.87 g; Sól: 6.88 g;	E: 2421.01 kcal; B: 95.95 g; T: 77.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; W: 356.95 g; W tym cukry: 58.94 g; Bł.: 48.47 g; Sól: 5.25 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> *Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI*

		KRK- JĘD Podstawowa	KRK- JĘD Łatwo strawna	KRK- JĘD Cukrzycowa
2024-02-16 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Powidła śliwkowe 50 g Mandarynka 150 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Dżem 50 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Serek homo. naturalny 50 g (***MLE,***)	Zacierka na mleku 300 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE,***) Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo. naturalny 60 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki () 250 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 70 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki () 250 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 70 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Warzywa po grecku () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Krupnik jęczmienny ( ) 400 ml (***MLE, SEL, GLU JĘCZ,***) Ziemniaki () 250 g Pieczeń z ryby mielonej (Dorsz) 70 g (***GLU PSZ, JAJ, RYB,***) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Jogurt naturalny 150g 1 szt (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Jajko gotowane kl M 1 szt (***JAJ,***) Pomidor 30 g Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Herbatniki Be Be 14g 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***) Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt	Sok jabłkowy 100 % 0,2l 1 szt Herbatniki Be Be 14g 1 szt (***GLU PSZ, MLE,***)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Wafle ryżowe 20 g
		E: 2369.92 kcal; B: 71.41 g; T: 57.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.99 g; W: 406.80 g; W tym cukry: 106.89 g; Bł.: 30.55 g; Sól: 7.17 g;	E: 2284.32 kcal; B: 70.63 g; T: 52.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.67 g; W: 395.69 g; W tym cukry: 97.06 g; Bł.: 28.92 g; Sól: 6.75 g;	E: 2182.01 kcal; B: 87.85 g; T: 59.40 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; W: 339.85 g; W tym cukry: 46.18 g; Bł.: 38.91 g; Sól: 6.45 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> *Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI*

		KRK- JĘD Podstawowa	KRK- JĘD Łatwo strawna	KRK- JĘD Cukrzycowa
2024-02-17 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Pasztet Ciechanowski-Pasztet drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych pieczony 60 g (***GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy,parzonyw osłonce niejadalnej 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Sałata zielona 10 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 250 g Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 300 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml Surówka z marchwi z olejem () 150 g	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa z warzywami () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki oprószane () 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami ( ) 400 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Ryż na sypko 250 g Potrawka drobiowa z warzywami () 150 g (***GLU PSZ, SEL,***) Buraczki oprószane () 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Maślanka 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta. () 100 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g		Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Sałatka z makaronu z wędliną drobiowo wieprzową -dieta. () 100 g (***GLU PSZ, SOJ, SEL,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
		E: 2344.00 kcal; B: 72.13 g; T: 61.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; W: 388.41 g; W tym cukry: 61.42 g; Bł.: 34.78 g; Sól: 9.60 g;	E: 2277.40 kcal; B: 68.77 g; T: 56.17 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; W: 386.72 g; W tym cukry: 61.56 g; Bł.: 30.71 g; Sól: 7.59 g;	E: 2254.00 kcal; B: 83.18 g; T: 58.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; W: 366.34 g; W tym cukry: 60.99 g; Bł.: 40.14 g; Sól: 6.87 g;

<nazwa jednostki> <ulica>, <kod> *Jadłospisy za okres od dnia 2024-02-05 do dnia 2024-02-18 KUCHNIA KRAKÓW SIEMASZKI*

		KRK- JĘD Podstawowa	KRK- JĘD Łatwo strawna	KRK- JĘD Cukrzycowa
2024-02-18 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Chleb Graham 30 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Kiełbasa Żywiecka wieprzowa grubo rozdrobniona wędzona parzona z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (***SOJ, MLE,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Polędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 50 g (***SOJ,***) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (***MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,***) Rzepa biała 80 g Sałata zielona 20 g
	II ŚN			Jabłko pieczone 150 g
	Obiad	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Kotlet schabowy 70 g (***GLU PSZ, JAJ,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Schab gotowany 70 g Sos koperkowy () 70 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (***GLU PSZ,***) Kompot owocowy z jabłkami* z/c 250 ml	Pomidorowa z zacierką () 400 ml (***GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,***) Ziemniaki () 250 g Schab gotowany 70 g Sos koperkowy () 70 ml (***GLU PSZ, MLE, SEL,***) Surówka wielowarzywna z olejem () 150 g (***SEL,***) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (***MLE,***)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 150 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (***GLU PSZ, GLU ŻYT,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana z/c 250 ml Jabłko 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 130 g (***GLU PSZ,***) Masło extra 82% 15 g (***MLE,***) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (***MLE,***) Herbata czarna granulowana b/c 250 ml Jabłko 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
	PN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Suchary b/c 30 g (***GLU PSZ, SOJ, MLE,***)
		E: 2376.95 kcal; B: 80.24 g; T: 59.50 g; Kw. tł. nasy.: 22.57 g; W: 392.83 g; W tym cukry: 92.14 g; Bł.: 32.89 g; Sól: 7.58 g;	E: 2241.86 kcal; B: 86.03 g; T: 48.39 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; W: 376.18 g; W tym cukry: 82.43 g; Bł.: 27.01 g; Sól: 7.52 g;	E: 2331.88 kcal; B: 101.23 g; T: 55.26 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; W: 375.57 g; W tym cukry: 80.51 g; Bł.: 43.65 g; Sól: 7.32 g;

<nazwa jednostki>
<ulica>, <kod>

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.:

E - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
B - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
T - Tłuszcz,
W - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Bł. - Błonnik pokarmowy,
Ener. z B - % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
Ener. z W - % energii z węglowowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,