

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-11-04 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (MLE) sałata jabłko miód kawa zbożowa na mleku (MLE) płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)		barszcz biały (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) żeberka wieprzowe duszone w sosie własnym (GLU) Ziemniaki gotowane kapusta kwaszona zasmażana (GLU) kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna [kcal l] [kcal] 2 384,9 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 325,5 suma cukrów prostych [g] 59,9 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,8
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (MLE) sałata jabłko parzone kawa zbożowa na mleku (MLE) kielbasa krakowska płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)		barszcz biały I. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) kasza jęczmienna na sypko (GLU) surówka z buraków i jabłka kompot		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna [kcal l] [kcal] 2 113,6 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 66 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 299,8 suma cukrów prostych [g] 70,9 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,8
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz soku ziół (IV)	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny jabłko parzone makaron na mleku (GLU, MLE) indyk z pasieki herbata czarna z/c		pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) kompot z /c krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny ogonówka herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna [kcal l] [kcal] 1 864,8 Białko ogółem [g] 81,6 Tłuszcz [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Węglowodany ogółem [g] 280,3 suma cukrów prostych [g] 93,3 Sól [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,9

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-04 poniedziałek

Z ogira łatwo przysw węgł (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (MLE) sałata jabłko parzone herbata czarna ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) kielbasa krakowska	chrupki kukurydziane	barszcz biały I. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) kasza jęczmienna na sypko (GLU) surówka z marchwi i jabłka kompot	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 593,8 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 77,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 400,4 suma cukrów prostych [g] 59,1 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 57
Papkováta	herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)		kompot z /c ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)		herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
Podstawowa C1	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (MLE) sałata jabłko kawa zbożowa na mleku (MLE) makaron na mleku (GLU, MLE) kielbasa krakowska		barszcz biały (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) żeberka wieprzowe duszone w sosie własnym (GLU) Ziemniaki gotowane kapusta kwaszona zasmażana (GLU) kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 512,1 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 88,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 325,8 suma cukrów prostych [g] 71,3 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,2
Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (MLE) sałata jabłko parzone kawa zbożowa na mleku (MLE) makaron na mleku (GLU, MLE) kielbasa krakowska		barszcz biały I. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) kasza jęczmienna na sypko (GLU) surówka z marchwi i jabłka kompot z /c		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 255,5 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 70,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 317,5 suma cukrów prostych [g] 95,7 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,8

2024-11-04 poniedziałek	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) Ser biały (MLE) sałata jabłko kawa zbożowa na mleku (MLE) makaron na mleku (GLU, MLE) kielbasa krakowska	chrupki kukurydziane	barszcz biały (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) żeberka wieprzowe duszone w sosie własnym (GLU) Ziemniaki gotowane kapusta kwaszona zasmażana (GLU) kompot	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) ser topiony (MLE)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) ogonówka kapusta pekińska herbata czarna Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 168,8 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 84,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4 Węglowodany ogółem [g] 262,6 suma cukrów prostych [g] 59,8 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) Ser biały (MLE) sałata kielbasa krakowska makaron na mleku (GLU, MLE) jabłko parzone kawa zbożowa na mleku (MLE)	chrupki kukurydziane	barszcz biały I. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) surówka z marchwi i jabłka kompot z /c kasza jęczmienna na sypko (GLU)	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) ser topiony (MLE)	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) ogonówka kapusta pekińska herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 958 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 72,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 247,6 suma cukrów prostych [g] 80,7 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 24
2024-11-05 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku (GLU, MLE) herbata czarna z/c dżem	zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Udka kurczaka duszone surówka z białej kapusty (JAJ, GOR) Ziemniaki gotowane kompot z /c		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) ogórek kwaszony	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 252,7 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 81,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Węglowodany ogółem [g] 299,5 suma cukrów prostych [g] 79,2 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,8	
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku (GLU, MLE) herbata czarna z/c dżem	zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka udko kurczaka gotowane kompot z /c		mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) ogórek kwaszony bułka wrocławska (GLU) herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 927,2 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 71,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 243,4 suma cukrów prostych [g] 90,4 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,5	

2024-11-05 wtorek

Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV)	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki kasza manna na mleku (GLU, MLE) herbata czarna z/c jablko parzone		zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Ziemniaki gotowane udko kurczaka gotowane buraki gotowane kompot z /c		mix tłuszczowy roślinny bułka wrocławska (GLU) herbata czarna z/c indyk z pasieki płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 991,8 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 65,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 261,9 suma cukrów prostych [g] 91,2 Sól [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,7
Z ogra łatwo przysw węgl (CIKRZYCYCOWA)	mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata chleb razowy (GLU) ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna ser żółty (MLE)	jablko	zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka udko kurczaka gotowane kompot	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa	ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) ogórek kwaszony chleb razowy (GLU) herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 691,1 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 87,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 394,7 suma cukrów prostych [g] 72,6 Sól [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 56,6
Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
Podstawowa C1	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku (GLU, MLE) herbata czarna z/c		zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Udło kurczaka duszone surówka z białej kapusty (JAJ, GOR) Ziemniaki gotowane kompot z /c		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) ogórek kwaszony płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 411,1 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 87,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 316,3 suma cukrów prostych [g] 78,1 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8

2024-11-05 wtorek	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor salata kasza manna na mleku (GLU, MLE) herbata czarna z/c		zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka udko kurczaka gotowane kompot z /c		mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) ogórek kwaszony bułka wrocławska (GLU) herbata czarna z/c płatki jęczmienne na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 085,6 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 260,2 suma cukrów prostych [g] 89,3 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Podstawowa P1 (IV -DZ1)	pieczywo mieszane (GLU) indyk z pasieki pomidor salata masło śmietankowe (MLE) herbata czarna z/c kasza manna na mleku (GLU, MLE)	jabłko	zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Udko kurczaka duszone surówka z białej kapusty (JAJ, GOR) Ziemniaki gotowane kompot z /c	ser topiony (MLE) masło śmietankowe (MLE) pieczywo mieszane (GLU)	ser topiony (MLE) ogórek kwaszony masło śmietankowe (MLE) płatki jęczmienne na mleku (GLU, MLE) pieczywo mieszane (GLU)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 234,9 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 92,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3 Węglowodany ogółem [g] 266,2 suma cukrów prostych [g] 81,9 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
	Łatwostrawna P2 (III - DZ1)	bułka wrocławska (GLU) indyk z pasieki pomidor salata masło śmietankowe (MLE) herbata czarna z/c kasza manna na mleku (GLU, MLE)	jabłko	zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Ziemniaki gotowane udko kurczaka gotowane surówka z buraków i jabłka kompot z /c	masło śmietankowe (MLE) bułka wrocławska (GLU) kielbasa szynkowa	ser topiony (MLE) ogórek kwaszony masło śmietankowe (MLE) bułka wrocławska (GLU) płatki jęczmienne na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 837,8 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Węglowodany ogółem [g] 215,3 suma cukrów prostych [g] 83,7 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,5
2024-11-06 środa	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) kielbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (JAJ) rzodkiew salata Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) herbata czarna z/c		grochowa (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c befszyk z cebulką (GLU, JAJ)		marmolada z jabłek b/c Ser biały (MLE) pieczywo mieszane (GLU) herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 235,9 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 324 suma cukrów prostych [g] 82,1 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,4

2024-11-06 środa	Łatwostrawna (II)		Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c grysikowa (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) hache mięsno-warzywne (GLU, SEL)		marmolada z jabłek b/c Ser biały (MLE) herbata czarna z/c bułka wrocławska (GLU)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 869,1 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 58,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 Węglowodany ogółem [g] 258,1 suma cukrów prostych [g] 88,9 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz soku żółą (IV)		grysikowa (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Ziemniaki gotowane hache mięsno-warzywne (GLU, SEL) buraki gotowane kompot z /c		marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c bułka wrocławska (GLU) ryż na mleku (MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 001,8 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 55,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 302,9 suma cukrów prostych [g] 115 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	wafle	Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot grysikowa (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) hache mięsno-warzywne (GLU, SEL)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa	marmolada z jabłek b/c Ser biały (MLE) herbata czarna z/c chleb razowy (GLU)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 497,6 Białko ogółem [g] 110,4 Tłuszcz [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 399,4 suma cukrów prostych [g] 63,4 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 60,6
	Papkowata		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4

2024-11-06 środa	Podstawowa C1		pieczywo mieszane (GLU) kielbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (JAJ) rzodkiew salata Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) herbata czarna z/c		grochowa (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c befszyk z cebulką (GLU, JAJ)		marmolada z jabłek b/c Ser biały (MLE) pieczywo mieszane (GLU) herbata czarna z/c ryż na mleku (MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 449,4 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 355,9 suma cukrów prostych [g] 94,4 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 39
	Łatwostrawna C2		bułka wrocławska (GLU) kielbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (JAJ) rzodkiew salata Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) herbata czarna z/c		Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c grycikowa (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) hache mięśno-warzywne (GLU, SEL)		marmolada z jabłek b/c Ser biały (MLE) herbata czarna z/c bułka wrocławska (GLU) ryż na mleku (MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 082,6 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 290,1 suma cukrów prostych [g] 101,2 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	wafle	pieczywo mieszane (GLU) kielbasa krakowska masło śmietankowe (MLE) jajko gotowane (JAJ) rzodkiew salata Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) herbata czarna z/c wafle		grochowa (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c befszyk z cebulką (GLU, JAJ)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) szynka bankietowa	marmolada z jabłek b/c Ser biały (MLE) pieczywo mieszane (GLU) herbata czarna z/c masło śmietankowe (MLE) ryż na mleku (MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 287,8 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 69,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Węglowodany ogółem [g] 329 suma cukrów prostych [g] 85,1 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,7
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	wafle	bułka wrocławska (GLU) kielbasa krakowska masło śmietankowe (MLE) jajko gotowane (JAJ) rzodkiew salata Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) herbata czarna z/c wafle		grycikowa (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej hache mięśno-warzywne (GLU, SEL) kompot z /c	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) szynka bankietowa	marmolada z jabłek b/c Ser biały (MLE) bułka wrocławska (GLU) herbata czarna z/c masło śmietankowe (MLE) ryż na mleku (MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 040,9 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 280,8 suma cukrów prostych [g] 92,4 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,4

2024-11-07 czwartek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor salata ser żółty (MLE) herbata czarna z/c makaron na mleku (GLU, MLE)		fasolowa z suchej fasoli (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Kotlet schabowy (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa (JAJ, SEL, GOR) indyk z pasieki herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 295,2 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 77,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 320,5 suma cukrów prostych [g] 70,7 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,6
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor salata miód herbata czarna z/c makaron na mleku (GLU, MLE)		krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa (JAJ, SEL, GOR) indyk z pasieki herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 859,8 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Węglowodany ogółem [g] 256,8 suma cukrów prostych [g] 71,1 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,6
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żółci (IV)	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa jabłko parzone herbata czarna z/c makaron na mleku (GLU, MLE)		krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot z /c		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmienne na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 863,6 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Węglowodany ogółem [g] 279,4 suma cukrów prostych [g] 93,6 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,2
	Z ogra łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor salata miód herbata czarna ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)	jabłko	krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny ogonówka	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa (JAJ, SEL, GOR) indyk z pasieki herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 378,3 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Węglowodany ogółem [g] 379,5 suma cukrów prostych [g] 73,8 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 52,8

2024-11-07 czwartek

Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
Podstawowa C1	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor sałata ser żółty (MLE) herbata czarna z/c makaron na mleku (GLU, MLE)		fasolowa z suchej fasoli (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Kotlet schabowy (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa (JAJ, SEL, GOR) indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 413,3 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 77 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 347,2 suma cukrów prostych [g] 81,8 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 36,9
Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor sałata miód herbata czarna z/c makaron na mleku (GLU, MLE)		krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa (JAJ, SEL, GOR) indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 079,8 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 67,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 288,9 suma cukrów prostych [g] 83,6 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 26
Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) szynka bankietowa pomidor sałata ser żółty (MLE) herbata czarna z/c makaron na mleku (GLU, MLE)	jabłko	fasolowa z suchej fasoli (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Kotlet schabowy (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c	pieczywo mieszane (GLU) ogonówka masło śmietankowe (MLE)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) sałatka jarzynowa (JAJ, SEL, GOR) indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 173,9 Białko ogółem [g] 96,8 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 296,7 suma cukrów prostych [g] 85,2 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,8

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-07 czwartek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) szynka bankietowa pomidor sałata ser żółty (MLE) herbata czarna z/c makaron na mleku (GLU, MLE)	jabłko	krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c	bułka wrocławska (GLU) ogonówka masło śmietankowe (MLE)	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) sałatka jarzynowa (JAJ, SEL, GOR) indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmienne na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 952,2 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 257,4 suma cukrów prostych [g] 84,7 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony (MLE) jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) ryba smażona (GLU, JAJ)		ryżanka (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Ziemniaki gotowane kompot z /c sos grecki (GLU, SEL)		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały (MLE) dżem sałata	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 245,9 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Węglowodany ogółem [g] 329,6 suma cukrów prostych [g] 93,9 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 32
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony (MLE) jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)		ryżanka (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane kompot z /c sos grecki (GLU, SEL)		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały (MLE) dżem sałata	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 879,6 Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 264,5 suma cukrów prostych [g] 95,4 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żołą	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki jabłko parzone herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)		ryżanka (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane kompot z /c sos warzywny (GLU, SEL)		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c ogonówka Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 898,5 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Węglowodany ogółem [g] 272,9 suma cukrów prostych [g] 88,3 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,9

2024-11-08 piątek	Z ogira łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony (MLE) jabłko herbata czarna ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)	chrupki kukurydziane	ryżanka (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane kompot sos grecki (GLU, SEL)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (JAJ)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny herbata czarna Ser biały (MLE) pomidor sałata	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 295,7 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 70,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 353,2 suma cukrów prostych [g] 56,9 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 51,9
	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony (MLE) jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) ryżanka (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba smażona (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane		kompot z /c sos grecki (GLU, SEL)		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały (MLE) dżem sałata Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 441,3 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 358,6 suma cukrów prostych [g] 106,3 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 32,5
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony (MLE) jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)		ryżanka (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane kompot z /c sos grecki (GLU, SEL)		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały (MLE) dżem sałata Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 114,1 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 295,1 suma cukrów prostych [g] 107,8 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,7

Jadłospisy z 45. tygodnia, tj. od dnia 2024-11-04 do dnia 2024-11-10 KUCHNIA OGÓLNA

2024-11-08 piątek	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) sałata ser topiony (MLE) jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) ryżanka (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba smażona (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane	chrupki kukurydziane	kompot z /c sos grecki (GLU, SEL)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) jajko gotowane (JAJ)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) herbata czarna z/c Ser biały (MLE) dżem sałata Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 269,6 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Węglowodany ogółem [g] 313 suma cukrów prostych [g] 100 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wroclawska (GLU) masło śmietankowe (MLE) sałata ser topiony (MLE) jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) ryżanka (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane	chrupki kukurydziane	sos grecki (GLU, SEL) kompot z /c	bulka wroclawska (GLU) masło śmietankowe (MLE) jajko gotowane (JAJ)	bulka wroclawska (GLU) masło śmietankowe (MLE) herbata czarna z/c Ser biały (MLE) dżem sałata Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 891,8 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 258,5 suma cukrów prostych [g] 99,4 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 22
2024-11-09 sobota	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku (GLU, MLE)		zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) kotlet z piersi indyka (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty (JAJ, GOR) kompot z /c		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 108,3 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 67 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 307,4 suma cukrów prostych [g] 68 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	Łatwostrawna (II)	bulka wroclawska (GLU) mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku (GLU, MLE) jabłko		zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c		bulka wroclawska (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c makaron na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 899,8 Białko ogółem [g] 86,4 Tłuszcz [g] 46,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 294,8 suma cukrów prostych [g] 100,8 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,4

2024-11-09 sobota	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV)		zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c makaron na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 962 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 292,2 suma cukrów prostych [g] 99,1 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,7
	Z ogra łatwo przysw węgl (CIKRZYCYCOWA)	wafle	zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser żółty (MLE)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 165,4 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 52,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 358 suma cukrów prostych [g] 55,5 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 48,5
	Papkowata		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna z/c	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot z /c	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Podstawowa C1		zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) kotlet z piersi indyka (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty (JAJ, GOR) kompot z /c		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c makaron na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 329,3 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 72,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 339,1 suma cukrów prostych [g] 80,3 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,2

2024-11-09 sobota	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku (GLU, MLE) jabłko		zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c makaron na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 979,3 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 48,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 307,9 suma cukrów prostych [g] 103,4 Sól [g] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku (GLU, MLE)	wafle	zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) kotlet z piersi indyka (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty (JAJ, GOR) kompot z /c	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) ser żółty (MLE)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE) makaron na mleku (GLU, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 127 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 73,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Węglowodany ogółem [g] 287 suma cukrów prostych [g] 70,1 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,8
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku (GLU, MLE)	wafle	zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) ser żółty (MLE)	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE) makaron na mleku (GLU, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 764,2 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 47,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 253,8 suma cukrów prostych [g] 79 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,6
2024-11-10 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (MLE)		barszcz czerwony (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) klopsiki (GLU, JAJ) kasza jęczmienna na sypko (GLU) surówka z marchwi, ogórka i cebuli (JAJ, GOR) kompot z /c		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) rzodkiew herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 299 Białko ogółem [g] 78,2 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 346,8 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 35

2024-11-10 niedziela

Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (MLE)		barszcz czerwony (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) kasza jęczmienna na sypko (GLU) surówka z marchwi i jabłka kompot z /c		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) rzodkiew herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 027 Białko ogółem [g] 70,4 Tłuszcz [g] 75,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 280 suma cukrów prostych [g] 74,2 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,8
Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żółt. (IV)	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c ryż na mleku (MLE) jablko parzone		barszcz czerwony (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot z /c		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 895,5 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 280,6 suma cukrów prostych [g] 95,8 Sól [g] 3,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
Z ogła łatwo przysw. węgl. (CUKRYCZOWA)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)	jablko	barszcz czerwony (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) kasza jęczmienna na sypko (GLU) surówka z marchwi i jabłka kompot	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 366,8 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 81 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 358,2 suma cukrów prostych [g] 60,6 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 54,2
Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna z/c	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4

2024-11-10 niedziela	Podstawowa C1	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (MLE)		barszcz czerwony (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) klopsiki (GLU, JAJ) kasza jęczmienna na sypko (GLU) surówka z marchwi, ogórka i cebuli (JAJ, GOR) kompot z /c		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) rzodkiew herbata czarna z/c Platki owsiane na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 431,3 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 80,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 357,6 suma cukrów prostych [g] 87,5 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (MLE)		barszcz czerwony (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) kasza jęczmienna na sypko (GLU) surówka z marchwi i jabłka kompot z /c		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) rzodkiew herbata czarna z/c Platki owsiane na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 248,5 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 82,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Węglowodany ogółem [g] 309,6 suma cukrów prostych [g] 86,6 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (MLE)	jabłko	barszcz czerwony (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) klopsiki (GLU, JAJ) kasza jęczmienna na sypko (GLU) surówka z marchwi, ogórka i cebuli (JAJ, GOR) kompot z /c	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) pieprzowa z indyka	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) ser topiony (MLE) rzodkiew Platki owsiane na mleku (GLU, MLE)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 007,5 Białko ogółem [g] 73,2 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 291,8 suma cukrów prostych [g] 80,1 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,4
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (MLE)	jabłko	barszcz czerwony (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) kasza jęczmienna na sypko (GLU) surówka z marchwi i jabłka kompot z /c	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) pieprzowa z indyka	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) ser topiony (MLE) rzodkiew Platki owsiane na mleku (GLU, MLE)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 805,5 Białko ogółem [g] 67,2 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 241,6 suma cukrów prostych [g] 79,5 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,3

Oznaczenia alergenów:

- GLU* - Zboża zawierające gluten,
- SKR* - Skorupiaki i pochodne,
- JAJ* - Jaja i pochodne,
- RYB* - Ryby i pochodne,
- OZI* - Orzechy ziemne i pochodne,
- SOJ* - Soja i pochodne,
- MLE* - Mleko i pochodne,
- ORZ* - Orzechy,
- 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,