

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-12-16 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony jajko gotowane jabłko parzone herbata czarna ryż na mleku		fasolowa z suchej fasoli kotlet mielony Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska ogórek kwaszony	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 247,8 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 83,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Węglowodany ogółem [g] 298,7 suma cukrów prostych [g] 55,7 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
	Łatwostrawna (II)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony jajko gotowane jabłko parzone herbata czarna ryż na mleku		krupnik pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska ogórek kwaszony	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 933,4 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 76,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Węglowodany ogółem [g] 233 suma cukrów prostych [g] 54 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,3
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żołą (IV)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki jabłko parzone herbata czarna ryż na mleku		krupnik pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka Płatki owsiane na mleku herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 931,9 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 58,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Węglowodany ogółem [g] 266,4 suma cukrów prostych [g] 69,7 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,2
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony jajko gotowane sałata herbata czarna ziemniaczana	kisiel owocowy	krupnik pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska ogórek kwaszony	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 380,7 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 82,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 334,2 suma cukrów prostych [g] 49,9 Sól [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 43,7

2024-12-16 poniedziałek	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony jajko gotowane herbata czarna ryż na mleku Płatki owsiane na mleku		fasolowa z suchej fasoli kotlet mielony Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska ogórek kwaszony	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 394,3 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 90,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 310,1 suma cukrów prostych [g] 53,6 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony jajko gotowane herbata czarna ryż na mleku		krupnik pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska ogórek kwaszony Płatki owsiane na mleku	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 079,9 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 82,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 244,5 suma cukrów prostych [g] 51,9 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,1
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane jabłko parzone herbata czarna ryż na mleku	kisiel owocowy	fasolowa z suchej fasoli kotlet mielony Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe szynka bankietowa	pieczywo mieszane masło śmietankowe kielbasa krakowska ogórek kwaszony Płatki owsiane na mleku	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 044,2 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Węglowodany ogółem [g] 282,8 suma cukrów prostych [g] 72,4 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane jabłko parzone herbata czarna ryż na mleku	kisiel owocowy	krupnik pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe szynka bankietowa	bułka wrocławska masło śmietankowe kielbasa krakowska ogórek kwaszony Płatki owsiane na mleku	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 799,7 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 61,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Węglowodany ogółem [g] 234 suma cukrów prostych [g] 71 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,5

2024-12-17 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		jarzynowa Udko kurczaka duszone ryż na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały marmolada z jabłek b/c herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 203,9 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Węglowodany ogółem [g] 320,8 suma cukrów prostych [g] 67,5 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		jarzynowa l. udko kurczaka gotowane ryż na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały marmolada z jabłek b/c herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 945,3 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 63,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Węglowodany ogółem [g] 262,1 suma cukrów prostych [g] 71,5 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 26
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą.	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa jabłko parzone herbata czarna kasza manna na mleku		jarzynowa l. udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki makaron na mleku herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 885,4 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 239,4 suma cukrów prostych [g] 72,1 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
	Z ogro łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor sałata herbata czarna ziemniaczana	wafle	jarzynowa l. udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser żółty	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały marmolada z jabłek b/c herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 268,4 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 325,1 suma cukrów prostych [g] 58,9 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 52,2

2024-12-17 wtorek	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		jarzynowa Udko kurczaka duszone ryż na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały marmolada z jabłek b/c herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 374,9 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 73,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Węglowodany ogółem [g] 340,4 suma cukrów prostych [g] 70 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		jarzynowa l. udko kurczaka gotowane ryż na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały marmolada z jabłek b/c herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 166,3 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Węglowodany ogółem [g] 293,8 suma cukrów prostych [g] 83,7 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,8
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe szynka bankietowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku	budyń na mleku	jarzynowa Udko kurczaka duszone ryż na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser żółty	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały marmolada z jabłek b/c herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 060,4 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 Węglowodany ogółem [g] 271,3 suma cukrów prostych [g] 73,6 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe szynka bankietowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku	budyń na mleku	jarzynowa l. Udko kurczaka duszone ryż na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały marmolada z jabłek b/c herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 810,2 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 67,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 221,4 suma cukrów prostych [g] 72,6 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,9

2024-12-18 środa	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa pasta z zielonego groszku herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku		zacierkowa hache mięśno-warzywne Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 229,7 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 82,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 293,3 suma cukrów prostych [g] 50 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,1
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa pasta z zielonego groszku herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku		zacierkowa hache mięśno-warzywne Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 949,5 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 82,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 226,7 suma cukrów prostych [g] 49 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Łatwostrawna z ogr subst. pobudz. wydzi. soku żołą (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jabłko parzone herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku		zacierkowa hache mięśno-warzywne Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka ryż na mleku herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 908,1 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Węglowodany ogółem [g] 266,4 suma cukrów prostych [g] 78,9 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,9
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z zielonego groszku herbata czarna ziemniaczana	jabłko	zacierkowa hache mięśno-warzywne Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 315,6 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 78,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Węglowodany ogółem [g] 340,6 suma cukrów prostych [g] 58,1 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 58,4

2024-12-18 środa	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z zielonego groszku herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku		zacierkowa hache mięsno-warzywne Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew herbata czarna ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 291,6 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 75,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 325,4 suma cukrów prostych [g] 62,3 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,7
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku kielbasa szynkowa		zacierkowa hache mięsno-warzywne Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew herbata czarna ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 163 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 87,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 258,7 suma cukrów prostych [g] 61,3 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasta z zielonego groszku herbata czarna pomidor płatki jęczmiennne na mleku	jabłko	zacierkowa hache mięsno-warzywne Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe indyk z pasieki	pieczywo mieszane masło śmietankowe Parówka drobiowa rzodkiew herbata czarna ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 939,9 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 275,3 suma cukrów prostych [g] 67,4 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,5
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe pasta z zielonego groszku herbata czarna pomidor płatki jęczmiennne na mleku	jabłko	zacierkowa hache mięsno-warzywne Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe indyk z pasieki	bułka wrocławska masło śmietankowe Parówka drobiowa rzodkiew herbata czarna ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 729,8 Białko ogółem [g] 82,5 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Węglowodany ogółem [g] 225,2 suma cukrów prostych [g] 66,7 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,2

2024-12-19 czwartek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa Ser biały sałata jabłko kasza manna na mleku herbata czarna		barszcz czerwony I. bitka wieprzowa makaron z kapustą surówka z marchwi i chrzanu kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 164,3 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 323,4 suma cukrów prostych [g] 75,5 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 37,2
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa Ser biały sałata jabłko kasza manna na mleku herbata czarna		barszcz czerwony I. bitka wieprzowa gotowana makaron gotowany surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 824,3 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 48,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 Węglowodany ogółem [g] 261,3 suma cukrów prostych [g] 61,2 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,7
	Łatwostrawna z ogr subst. pobudz. wydzi. soku żółt (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa jabłko parzone kasza manna na mleku herbata czarna		barszcz czerwony I. bitka wieprzowa gotowana Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka Płatki owsiane na mleku herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 845,5 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 50,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 267 suma cukrów prostych [g] 82,6 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Z ogra łatwo przysw. węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa sałata jabłko ziemniaczana herbata czarna	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony I. bitka wieprzowa Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i chrzanu kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 188,6 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 69,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 335,1 suma cukrów prostych [g] 61,9 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 53

2024-12-19 czwartek	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa sałata jabłko kasza manna na mleku herbata czarna		barszcz czerwony l. bitka wieprzowa makaron z kapustą surówka z marchwi i chrzanu kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 293,4 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Węglowodany ogółem [g] 350,4 suma cukrów prostych [g] 85,8 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 39
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa Ser biały sałata jabłko kasza manna na mleku herbata czarna		barszcz czerwony l. bitka wieprzowa gotowana makaron gotowany surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 045,8 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 55,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 290,8 suma cukrów prostych [g] 73,7 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,4
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe szynka bankietowa sałata jabłko kasza manna na mleku herbata czarna	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony l. bitka wieprzowa Ziemiaki gotowane surówka z marchwi i chrzanu kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser topiony	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 894,8 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Węglowodany ogółem [g] 267 suma cukrów prostych [g] 69,6 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe szynka bankietowa sałata jabłko kasza manna na mleku herbata czarna	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony l. bitka wieprzowa gotowana Ziemiaki gotowane surówka z marchwi i chrzanu kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe ser topiony	bułka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 595 Białko ogółem [g] 76,4 Tłuszcz [g] 52,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 216,9 suma cukrów prostych [g] 68,9 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,8

2024-12-20 piątek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata herbata czarna makaron na mleku		z zielonego groszku ryba smażona Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 112,1 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 289,2 suma cukrów prostych [g] 56,3 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,3
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata herbata czarna makaron na mleku		z zielonego groszku l. ryba gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jabłko parzone	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 855,3 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 252,1 suma cukrów prostych [g] 79,5 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą.	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka herbata czarna makaron na mleku		z zielonego groszku l. ryba gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jabłko parzone ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 808,6 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 47,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 266,8 suma cukrów prostych [g] 80,5 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
	Z ogra łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata herbata czarna ziemniaczana	wafle	z zielonego groszku l. ryba gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser żółty	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 162,5 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 325,9 suma cukrów prostych [g] 46 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 47,1

2024-12-20 piątek	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata herbata czarna makaron na mleku		z zielonego groszku ryba smażona Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 325,6 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 80,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 321,2 suma cukrów prostych [g] 68,6 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata herbata czarna makaron na mleku		z zielonego groszku l. ryba gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jablko parzone ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 068,8 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Węglowodany ogółem [g] 284,1 suma cukrów prostych [g] 91,8 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane sałata herbata czarna makaron na mleku	wafle	z zielonego groszku ryba smażona Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser żółty	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały sałata ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 896,1 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 253,3 suma cukrów prostych [g] 49,5 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 24
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane sałata herbata czarna makaron na mleku	wafle	z zielonego groszku ryba gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe ser żółty	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały sałata ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 581,5 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 49,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 203,3 suma cukrów prostych [g] 48,8 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,2

2024-12-21 sobota	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka rzodkiew sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku		krupnik kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot ogórek kwaszony herbata czarna		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 949,5 Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 64 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Węglowodany ogółem [g] 282,3 suma cukrów prostych [g] 47,6 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,1
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka rzodkiew sałata ser topiony herbata czarna Płatki owsiane na mleku		krupnik bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot herbata czarna		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 864,9 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 247,8 suma cukrów prostych [g] 64,7 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Łatwostrawna z ogr subst. pobudz. wydził. soku żółt. (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka jabłko parzone herbata czarna Płatki owsiane na mleku ser topiony		krupnik bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot herbata czarna		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 858,6 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 256,8 suma cukrów prostych [g] 74,4 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
	Z ogra łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ogonówka rzodkiew sałata herbata czarna ziemniaczana	jabłko	krupnik bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot herbata czarna	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 951,9 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 45,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,5 Węglowodany ogółem [g] 326,7 suma cukrów prostych [g] 57,1 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,3

2024-12-21 sobota	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka rzodkiew salata herbata czarna Płatki owsiane na mleku		krupnik kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot ogórek kwaszony herbata czarna		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 249,9 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Węglowodany ogółem [g] 315,9 suma cukrów prostych [g] 60 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka rzodkiew salata herbata czarna Płatki owsiane na mleku ser topiony		krupnik bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot herbata czarna		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 005 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 62 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 281,2 suma cukrów prostych [g] 65,2 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe ogonówka rzodkiew salata herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jabłko	krupnik kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot ogórek kwaszony herbata czarna	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 980,1 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Węglowodany ogółem [g] 268,2 suma cukrów prostych [g] 64,9 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,2
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe ogonówka rzodkiew salata herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jabłko	krupnik bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot ogórek kwaszony herbata czarna	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały	bułka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 553,7 Białko ogółem [g] 86,4 Tłuszcz [g] 41,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 220,4 suma cukrów prostych [g] 69 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,3

2024-12-22 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa kapusta pekińska sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		ogórkowa gulasz wieprzowy kasza jęczmienna na sytko buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa jabłko herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 311,6 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 84,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 316,1 suma cukrów prostych [g] 66 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,2
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa kapusta pekińska sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		ryżanka bitka wieprzowa gotowana kasza jęczmienna na sytko buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa jabłko herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 103,7 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 77 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 268,1 suma cukrów prostych [g] 62,7 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,4
	Łatwostrawna z ogr subst. pobudz. wydzi. soku żółt (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa Płatki owsiane na mleku herbata czarna		ryżanka bitka wieprzowa gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jabłko parzone herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 979,5 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Węglowodany ogółem [g] 257,4 suma cukrów prostych [g] 74,8 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 22
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa kapusta pekińska sałata ziemniaczana herbata czarna	wafle	ryżanka bitka wieprzowa gotowana kasza jęczmienna na sytko buraki gotowane kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa jabłko herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 291,1 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 354 suma cukrów prostych [g] 53,2 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 49,1

2024-12-22 niedziela	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa kapusta pekińska sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		ogórkowa gulasz wieprzowy kasza jęczmienna na sypko buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa jabłko herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 454,8 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 83,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Węglowodany ogółem [g] 345,2 suma cukrów prostych [g] 78,4 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,7
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa kapusta pekińska sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		ryżanka bitka wieprzowa gotowana kasza jęczmienna na sypko buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa jabłko herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 246,9 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 76 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 297,2 suma cukrów prostych [g] 75,1 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe kielbasa szynkowa kapusta pekińska sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna	wafle	ogórkowa gulasz wieprzowy kasza jęczmienna na sypko buraki gotowane kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe szynka bankietowa	pieczywo mieszane masło śmietankowe Parówka drobiowa jabłko herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 936,9 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 66,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 266,8 suma cukrów prostych [g] 63,2 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe kielbasa szynkowa kapusta pekińska sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna	wafle	ryżanka bitka wieprzowa gotowana kasza jęczmienna na sypko buraki gotowane kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe szynka bankietowa	bułka wrocławska masło śmietankowe Parówka drobiowa jabłko herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 769,2 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 57,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Węglowodany ogółem [g] 233,9 suma cukrów prostych [g] 60,3 Sól [g] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,9