

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-03-03 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kielbasa szynkowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		ogórkowa kotlet mielony Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem sałata herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] I] [kcal] 2 051,9 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 285,3 suma cukrów prostych [g] 63,1 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kielbasa szynkowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		ziemniaczana na soku pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem sałata herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] I] [kcal] 1 757,7 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 Węglowodany ogółem [g] 223,5 suma cukrów prostych [g] 62 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,7
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą. (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa herbata czarna kasza manna na mleku		ziemniaczana na soku pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] I] [kcal] 1 874,9 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 64,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 242,2 suma cukrów prostych [g] 62,4 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,4

2025-03-03 poniedziałek

Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kielbasa szynkowa pomidor sałata herbata czarna ziemniaczana	jabłko	ziemniaczana na soku pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 165,1 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 320,3 suma cukrów prostych [g] 52,2 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 46,4
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 pasztecik drobiowy kielbasa szynkowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		ogórkowa kotlet mielony Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem sałata herbata czarna płatki jęczmienne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 271,9 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 317,4 suma cukrów prostych [g] 75,6 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kielbasa szynkowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		ziemniaczana na soku pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem sałata herbata czarna płatki jęczmienne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 977,7 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 255,6 suma cukrów prostych [g] 74,5 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,1

2025-03-03 poniedziałek	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy kielbasa szynkowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku	jabłko	ogórkowa kotlet mielony Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane szynka bankietowa	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały dżem sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 933,9 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 63,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 267,5 suma cukrów prostych [g] 74,3 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,5
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy kielbasa szynkowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku	jabłko	ziemniaczana na soku pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	bułka wrocławska szynka bankietowa	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały dżem sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 601,9 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 213,3 suma cukrów prostych [g] 73,3 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 20
2025-03-04 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa musztarda Płatki owsiane na mleku herbata czarna		fasolowa z suchej fasoli bitka wieprzowa kasza gryczana na sypko surówka z czerwonej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 443,6 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 87,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 336,6 suma cukrów prostych [g] 70 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 39
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew Płatki owsiane na mleku herbata czarna		koperkowa bitka wieprzowa gotowana kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 937,5 Białko ogółem [g] 74,1 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 257,7 suma cukrów prostych [g] 68 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 28

2025-03-04 wtorek	Łatwostrawna z ogr. subst pobudz. wydzi. soku żołą. (IV)		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka Płatki owsiane na mleku herbata czarna jabłko parzone		koperkowa bitka wieprzowa gotowana Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa ryż na mleku herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 850,2 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 51,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 258,5 suma cukrów prostych [g] 80,4 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
	Z ogra łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)	wafle	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew ziemniaczana herbata czarna		koperkowa bitka wieprzowa gotowana kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 261,1 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 79,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 328 suma cukrów prostych [g] 44,3 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 48,5
	Papkováta		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [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 Parówka drobiowa Płatki owsiane na mleku herbata czarna		fasolowa z suchej fasoli bitka wieprzowa kasza gryczana na sypko surówka z czerwonej kapusty kompot		ryż na mleku pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 315,6 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 341 suma cukrów prostych [g] 70,9 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,5

2025-03-04 wtorek	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew Płatki owsiane na mleku herbata czarna		koperkowa bitka wieprzowa gotowana kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 151 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Węglowodany ogółem [g] 289,7 suma cukrów prostych [g] 80,3 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe Parówka drobiowa Płatki owsiane na mleku herbata czarna	wafle	koperkowa bitka wieprzowa kasza gryczana na sypko surówka z czerwonej kapusty kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane	pieczywo mieszane masło śmietankowe marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 003,4 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 68,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 278,9 suma cukrów prostych [g] 70,1 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe Parówka drobiowa Płatki owsiane na mleku herbata czarna	wafle	koperkowa bitka wieprzowa gotowana kasza gryczana na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane	bułka wrocławska masło śmietankowe marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 749,9 Białko ogółem [g] 74,3 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 235,7 suma cukrów prostych [g] 74 Sól [g] 4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
2025-03-05 środa	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata miód jabłko parzone Płatki owsiane na mleku herbata czarna		zacierkowa ryba smażona Ziemniaki gotowane sos grecki kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane ogórek kwaszony herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 155 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 314,6 suma cukrów prostych [g] 61,5 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,6

2025-03-05 środa

Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata dżem jablko parzone Płatki owsiane na mleku herbata czarna		zacierkowa ryba gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane ogórek kwaszony herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] 1 796,4 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 52,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 249,4 suma cukrów prostych [g] 78,3 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,9
Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyził. soku żółta (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jablko parzone Płatki owsiane na mleku herbata czarna		zacierkowa ryba gotowana Ziemniaki gotowane sos warzywny kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa Kasza jęczmienna na mleku herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] 1 967 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 268,7 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
Z ogira łatwo przysw. węgli (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jablko parzone ziemniaczana herbata czarna	chrupki kukurydziane	zacierkowa ryba gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane ogórek kwaszony herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] 2 252,8 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 67,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 333,1 suma cukrów prostych [g] 54,7 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,9
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

2025-03-05 środa	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki sałata jablko parzone Płatki owsiane na mleku herbata czarna		zacierkowa ryba smażona Ziemniaki gotowane sos grecki kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane ogórek kwaszony herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 269,8 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 76,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 319,4 suma cukrów prostych [g] 71,2 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki sałata dżem jablko parzone Płatki owsiane na mleku herbata czarna		zacierkowa ryba gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane ogórek kwaszony herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 977,8 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Węglowodany ogółem [g] 273,7 suma cukrów prostych [g] 88,1 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,2
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały sałata miód jablko parzone Płatki owsiane na mleku herbata czarna	chrupki kukurydziane	zacierkowa ryba smażona Ziemniaki gotowane sos grecki kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser topiony	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane ogórek kwaszony herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 017,1 Białko ogółem [g] 81,1 Tłuszcz [g] 72,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Węglowodany ogółem [g] 273,5 suma cukrów prostych [g] 57,9 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska masło śmietankowe Ser biały sałata miód jablko parzone Płatki owsiane na mleku herbata czarna	chrupki kukurydziane	zacierkowa ryba gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	bulka wrocławska masło śmietankowe ser topiony	bulka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane ogórek kwaszony herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 717,7 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 57,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 223,3 suma cukrów prostych [g] 56 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 19

2025-03-06 czwartek	Podstawowa (I)		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata musztarda kapusta pekińska makaron na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem Udko kurczaka duszone Ziemniaki gotowane brukselka z wody z bułką tartą kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska ogórek kwaszony herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 137,8 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 90,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 253,7 suma cukrów prostych [g] 41,7 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
	Łatwostrawna (II)		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata kapusta pekińska makaron na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem l. udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska ogórek kwaszony herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 869,9 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 85 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 196,6 suma cukrów prostych [g] 52,4 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 21,6
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żółt. (IV)		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jabłko parzone makaron na mleku herbata czarna		ryżanka udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska Kasza jęczmienna na mleku herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 004,4 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 248,8 suma cukrów prostych [g] 75,1 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Z ogra. łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)	wafle	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata kapusta pekińska ziemniaczana herbata czarna		pomidorowa z ryżem l. udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska ogórek kwaszony herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 362 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 89,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 308 suma cukrów prostych [g] 44,5 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 46,3

2025-03-06 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 Parówka drobiowa sałata musztarda kapusta pekińska makaron na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem Udko kurczaka duszone Ziemniaki gotowane brukselka z wody z bułką tartą kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska ogórek kwaszony herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 332,3 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 96,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 280,9 suma cukrów prostych [g] 54,1 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata kapusta pekińska makaron na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem l. udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska ogórek kwaszony herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 064,4 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 90,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 223,9 suma cukrów prostych [g] 64,8 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,9
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe Parówka drobiowa sałata kapusta pekińska makaron na mleku herbata czarna	budyń na mleku	pomidorowa z ryżem Udko kurczaka duszone Ziemniaki gotowane brukselka z wody z bułką tartą kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały	pieczywo mieszane masło śmietankowe kielbasa krakowska ogórek kwaszony herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 137 Białko ogółem [g] 98,7 Tłuszcz [g] 91,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 Węglowodany ogółem [g] 241,3 suma cukrów prostych [g] 58,4 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,1

2025-03-06 czwartek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe Parówka drobiowa sałata kapusta pekińska makaron na mleku herbata czarna	budyń na mleku	pomidorowa z ryżem l. udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały	bułka wrocławska masło śmietankowe kiełbasa krakowska ogórek kwaszony herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 848,3 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 79,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 203,3 suma cukrów prostych [g] 70,4 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
	2025-03-07 piątek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna kasza manna na mleku	barszcz ukraiński pierogi leniwe jabłko parzone kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 215,3 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 76,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 303,3 suma cukrów prostych [g] 74,4 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
		Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna kasza manna na mleku	barszcz czerwony l. pierogi leniwe jabłko parzone kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 913,1 Białko ogółem [g] 82,8 Tłuszcz [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 236,2 suma cukrów prostych [g] 71,8 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,9
		Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żółc. (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jabłko parzone herbata czarna kasza manna na mleku	barszcz czerwony l. bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 794,6 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 44,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,4 Węglowodany ogółem [g] 269,1 suma cukrów prostych [g] 82,6 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,7

2025-03-07 piątek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna ziemniaczana	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony l. bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser żółty	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 250 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 325,8 suma cukrów prostych [g] 46,3 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 50,8
	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [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 pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna kasza manna na mleku		barszcz ukraiński pierogi leniwe jablko parzone kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 436,8 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 83,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Węglowodany ogółem [g] 332,9 suma cukrów prostych [g] 86,8 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna kasza manna na mleku		barszcz czerwony l. pierogi leniwe jablko parzone kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 134,6 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 81,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Węglowodany ogółem [g] 265,8 suma cukrów prostych [g] 84,2 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,7

2025-03-07 piątek	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna kasza manna na mleku	chrupki kukurydziane	barszcz ukraiński pierogi leniwe jablko parzone kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser żółty	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser topiony rzodkiew Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 034,3 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 Węglowodany ogółem [g] 274,9 suma cukrów prostych [g] 72,9 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna kasza manna na mleku	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony l. pierogi leniwe jablko parzone kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe ser topiony	bułka wrocławska masło śmietankowe ser topiony rzodkiew Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 857,6 Białko ogółem [g] 79,3 Tłuszcz [g] 75,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 225 suma cukrów prostych [g] 71,2 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,8
2025-03-08 sobota	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek zielony płatki jęczmienne na mleku herbata czarna		krupnik ryba smażona Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane pomidor	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 852,9 Białko ogółem [g] 69,8 Tłuszcz [g] 62,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6 Węglowodany ogółem [g] 266,4 suma cukrów prostych [g] 35,7 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek zielony płatki jęczmienne na mleku herbata czarna		krupnik ryba gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane pomidor	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 502,9 Białko ogółem [g] 73,8 Tłuszcz [g] 46,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,7 Węglowodany ogółem [g] 208,2 suma cukrów prostych [g] 35,1 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,4

2025-03-08 sobota	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą. (IV)		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy jabłko parzone płatki jęczmiennne na mleku herbata czarna		krupnik ryba gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 826,6 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 50,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 262,5 suma cukrów prostych [g] 74,8 Sól [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,7
	Z ogra łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)	jabłko	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek zielony ziemniaczana herbata czarna		krupnik ryba gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane pomidor	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 981,1 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 50,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,8 Węglowodany ogółem [g] 317,6 suma cukrów prostych [g] 43,9 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 46,1
	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 pasztecik drobiowy ogórek zielony płatki jęczmiennne na mleku herbata czarna		krupnik ryba smażona Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane pomidor makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 073,9 Białko ogółem [g] 81,2 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 298,1 suma cukrów prostych [g] 48 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,6

2025-03-08 sobota	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek zielony płatki jęczmiennne na mleku herbata czarna		krupnik ryba gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane pomidor makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 692,6 Białko ogółem [g] 84,5 Tłuszcz [g] 51,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 Węglowodany ogółem [g] 232,7 suma cukrów prostych [g] 47,1 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy ogórek zielony płatki jęczmiennne na mleku herbata czarna	jabłko	krupnik ryba smażona Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane pomidor makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 692,4 Białko ogółem [g] 71,5 Tłuszcz [g] 54,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 241,8 suma cukrów prostych [g] 51,4 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy ogórek zielony płatki jęczmiennne na mleku herbata czarna	jabłko	krupnik ryba gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały	bułka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane pomidor makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 374,7 Białko ogółem [g] 69,5 Tłuszcz [g] 41,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 190,6 suma cukrów prostych [g] 50,7 Sól [g] 3,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,8
2025-03-09 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka ogórek kwaszony pasztecik drobiowy herbata czarna kasza manna na mleku		ryżanka Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby sałata herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 983,3 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 284,2 suma cukrów prostych [g] 44,8 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,6

2025-03-09 niedziela

Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka ogórek kwaszony pasztecik drobiowy herbata czarna kasza manna na mleku		ryżanka Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby sałata herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 653,4 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Węglowodany ogółem [g] 209,2 suma cukrów prostych [g] 43,8 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,2
Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyzi. soku żółt. (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka jabłko parzone herbata czarna kasza manna na mleku		ryżanka Schab gotowany Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 875,6 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 52,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Węglowodany ogółem [g] 262,9 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,8
Z ogira łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ogonówka ogórek kwaszony pasztecik drobiowy herbata czarna ziemniaczana	wafle	ryżanka Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby sałata herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 100,4 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6 Węglowodany ogółem [g] 322,2 suma cukrów prostych [g] 36,2 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 43,3
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

2025-03-09 niedziela	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka ogórek kwaszony pasztecik drobiowy herbata czarna kasza manna na mleku		ryżanka Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby salata herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 177,8 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 311,4 suma cukrów prostych [g] 57,2 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka ogórek kwaszony pasztecik drobiowy herbata czarna kasza manna na mleku		ryżanka Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby salata herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku jajko gotowane	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 917,9 Białko ogółem [g] 118,1 Tłuszcz [g] 59,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 236,8 suma cukrów prostych [g] 56,2 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,4
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe ogonówka ogórek kwaszony pasztecik drobiowy herbata czarna kasza manna na mleku	wafle	ryżanka Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe indyk z pasieki	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasta z sera białego i ryby salata herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 744,3 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 49,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 250,4 suma cukrów prostych [g] 43,6 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,4
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe ogonówka ogórek kwaszony pasztecik drobiowy herbata czarna kasza manna na mleku	wafle	ryżanka Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe indyk z pasieki	bułka wrocławska masło śmietankowe pasta z sera białego i ryby salata herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 509,4 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 43,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 194,9 suma cukrów prostych [g] 42,9 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 15,3