

## Jadłospisy z 11. tygodnia, tj. od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-23 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-03-17 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony jajko gotowane jablko 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 pomidor	herbata czarna jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 247,2 <b>Białko ogółem</b> [g] 90,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 84 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 30,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 298,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 55,2 <b>Sól</b> [g] 6,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 32,6
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony jajko gotowane jablko parzone herbata czarna ryż na mleku		krupnik pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska pomidor	herbata czarna jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 932,8 <b>Białko ogółem</b> [g] 87,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 76,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 28 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 232,7 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 53,5 <b>Sól</b> [g] 5,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 21
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą. (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki jablko parzone herbata czarna ryż na mleku		krupnik pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka Płatki owsiane na mleku herbata czarna	jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 931,9 <b>Białko ogółem</b> [g] 95,3 <b>Tłuszcz</b> [g] 58,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem</b> [g] 20,2 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 266,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 69,7 <b>Sól</b> [g] 4,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 22,2

## Jadłospisy z 11. tygodnia, tj. od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-23 KUCHNIA OGÓLNA

2025-03-17 poniedziałek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony jajko gotowane sałata herbata czarna ziemniaczana	chrupki kukurydziane	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 pomidor	herbata czarna jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 323,6</b> <b>Białko ogółem [g] 98,1</b> <b>Tłuszcz [g] 82,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 318,6</b> <b>suma cukrów prostych [g] 33,5</b> <b>Sól [g] 8,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 45,1</b>
	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 946,2</b> <b>Białko ogółem [g] 93,4</b> <b>Tłuszcz [g] 74,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 238,3</b> <b>suma cukrów prostych [g] 43</b> <b>Sól [g] 3,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 28,3</b>
	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 pomidor	herbata czarna jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 393,7</b> <b>Białko ogółem [g] 101,4</b> <b>Tłuszcz [g] 90,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 309,7</b> <b>suma cukrów prostych [g] 53,1</b> <b>Sól [g] 7,1</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 31,4</b>
	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 pomidor Płatki owsiane na mleku	herbata czarna jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 079,3</b> <b>Białko ogółem [g] 98,8</b> <b>Tłuszcz [g] 83</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 244,2</b> <b>suma cukrów prostych [g] 51,4</b> <b>Sól [g] 5,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 19,7</b>

## Jadłospisy z 11. tygodnia, tj. od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-23 KUCHNIA OGÓLNA

2025-03-17 poniedziałek	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane jablko parzone herbata czarna ryż na mleku	chrupki kukurydziane	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 pomidor Płatki owsiane na mleku	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 987,1 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Węglowodany ogółem [g] 267,2 suma cukrów prostych [g] 56 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane jablko parzone herbata czarna ryż na mleku	chrupki kukurydziane	krupnik pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe szynka bankietowa	bułka wrocławska masło śmietankowe kielbasa krakowska pomidor Płatki owsiane na mleku	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 742,6 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Węglowodany ogółem [g] 218,3 suma cukrów prostych [g] 54,5 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,9
2025-03-18 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa jajko gotowane pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		jarzynowa Udka 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] 2 273,9 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 321,1 suma cukrów prostych [g] 67,5 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa jajko gotowane pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		jarzynowa I. udka kurczaka gotowane ryż na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy gotowany Ser biały marmolada z jabłek b/c herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 015,3 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 68,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Węglowodany ogółem [g] 262,4 suma cukrów prostych [g] 71,5 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 26

## Jadłospisy z 11. tygodnia, tj. od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-23 KUCHNIA OGÓLNA

2025-03-18 wtorek	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żółci (IV)		jarzynowa l. udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bulka 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 ogra łatwo przysw. węgl (CUKRZYCOWA)	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
	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 szynka bankietowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		jarzynowa Udka 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

## Jadłospisy z 11. tygodnia, tj. od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-23 KUCHNIA OGÓLNA

2025-03-18 wtorek	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		jarzynowa I. 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 Udka 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 I. Udka 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
2025-03-19 środa	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa 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	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

2025-03-19 środa

Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa pasta z zielonego groszku herbata czarna płatki jęczmienne 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[kca l] [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. wyzi. soku żółt. (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jabłko parzone herbata czarna płatki jęczmienne 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[kca l] [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 ogira 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[kca l] [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
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

2025-03-19 środa	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z zielonego groszku herbata czarna płatki jęczmienne na mleku		zacierkowa hache mięso-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] 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 jęczmienne na mleku kielbasa szynkowa		zacierkowa hache mięso-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] 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 jęczmienne na mleku	jabłko	zacierkowa hache mięso-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] 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 jęczmienne na mleku	jabłko	zacierkowa hache mięso-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] 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

2025-03-20 czwartek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa Ser biały 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	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[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 l. 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] 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 l. 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] 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 l. bitka wieprzowa 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] 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



2025-03-20 czwartek	Papkováta		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		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		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		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)	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony l. bitka wieprzowa Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i chrzanu kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe szynka bankietowa sałata jabłko kasza manna na mleku herbata czarna	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

## Jadłospisy z 11. tygodnia, tj. od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-23 KUCHNIA OGÓLNA

2025-03-20 czwartek	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 Ziemniaki 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 595 <b>Białko ogółem [g]</b> 76,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 52,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 216,9 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 68,9 <b>Sól [g]</b> 5,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,8	
	2025-03-21 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 112,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 85,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 75,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 17,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 289,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 56,3 <b>Sól [g]</b> 5,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 855,3 <b>Białko ogółem [g]</b> 86,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 61,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 252,1 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 79,5 <b>Sól [g]</b> 4,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,4
		Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą. (IV)	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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 808,6 <b>Białko ogółem [g]</b> 90,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 47,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 16,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 266,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 80,5 <b>Sól [g]</b> 5,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,4

## Jadłospisy z 11. tygodnia, tj. od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-23 KUCHNIA OGÓLNA

2025-03-21 piątek	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	<b>Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 162,5</b> <b>Białko ogółem [g] 95,6</b> <b>Tłuszcz [g] 63,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 325,9</b> <b>suma cukrów prostych [g] 46</b> <b>Sól [g] 7,3</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 47,1</b>
	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 946,2</b> <b>Białko ogółem [g] 93,4</b> <b>Tłuszcz [g] 74,9</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 238,3</b> <b>suma cukrów prostych [g] 43</b> <b>Sól [g] 3,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 28,3</b>
	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	<b>Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 325,6</b> <b>Białko ogółem [g] 95,9</b> <b>Tłuszcz [g] 80,2</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 321,2</b> <b>suma cukrów prostych [g] 68,6</b> <b>Sól [g] 5,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 32,9</b>
	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 jabłko parzone ryż na mleku	jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 068,8</b> <b>Białko ogółem [g] 97,1</b> <b>Tłuszcz [g] 66,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 284,1</b> <b>suma cukrów prostych [g] 91,8</b> <b>Sól [g] 4,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 29</b>

## Jadłospisy z 11. tygodnia, tj. od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-23 KUCHNIA OGÓLNA

2025-03-21 piątek	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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 896,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 88,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 64,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 25,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 253,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 49,5 <b>Sól [g]</b> 5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 581,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 89,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 49,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 24,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 203,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 48,8 <b>Sól [g]</b> 3,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 17,2
2025-03-22 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 949,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 76,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 64 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 22,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 282,3 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 47,6 <b>Sól [g]</b> 5,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 864,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 91,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 62,1 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 247,8 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 64,7 <b>Sól [g]</b> 5,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 25,6

2025-03-22 sobota	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółtą (IV)		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka jablko parzone herbata czarna Płatki owsiane na mleku ser topiony		krupnik bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot herbata czarna		bulka 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)	jabłko	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ogonówka rzodkiew sałata herbata czarna ziemniaczana		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	
	Papkowata		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		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 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 Zacierki na mleku		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[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

## Jadłospisy z 11. tygodnia, tj. od dnia 2025-03-17 do dnia 2025-03-23 KUCHNIA OGÓLNA

2025-03-22 sobota	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka rzodkiew sałata 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 2 005 <b>Białko ogółem</b> [g] 95,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 62 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 23,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 281,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 65,2 <b>Sól [g]</b> 6,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 29,8
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe ogonówka rzodkiew sałata 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 980,1 <b>Białko ogółem</b> [g] 88,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 68,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 31,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 268,2 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 64,9 <b>Sól [g]</b> 5,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,2
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe ogonówka rzodkiew sałata 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 553,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 86,4 <b>Tłuszcz [g]</b> 41,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 220,4 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 69 <b>Sól [g]</b> 4,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 23,3
2025-03-23 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka pomidor 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	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> [kcal] 1 982,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 96 <b>Tłuszcz [g]</b> 57,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 19,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 283,9 <b>suma cukrów prostych [g]</b> 44,3 <b>Sól [g]</b> 5,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,2

2025-03-23 niedziela

Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka pomidor 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	jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 652,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 102,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 49,4 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 15,9 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 208,8 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 43,3 <b>Sól</b> [g] 4,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 17,8
Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyzi. soku żółą (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka jablko 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	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 875,6 <b>Białko</b> ogółem [g] 101,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 52,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 18,2 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 262,9 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 75,2 <b>Sól</b> [g] 4,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 25,8
Z ogira łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ogonówka pomidor 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 salata herbata czarna	jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 099,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 105 <b>Tłuszcz</b> [g] 53,3 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 14,6 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 321,8 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 35,7 <b>Sól</b> [g] 7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 43,9
Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 946,2 <b>Białko</b> ogółem [g] 93,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 74,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 15,6 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 238,3 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 43 <b>Sól</b> [g] 3,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,3

2025-03-23 niedziela	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka pomidor 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 Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 177,2 <b>Białko</b> ogółem [g] 105,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 62,9 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 22,6 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 311,1 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 56,7 <b>Sól</b> [g] 6,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,4
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka pomidor 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 Kasza jęczmienna na mleku jajko gotowane	jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 917,3 <b>Białko</b> ogółem [g] 118,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 59,7 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 20,5 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 236,4 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 55,7 <b>Sól</b> [g] 4,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 19
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe ogonówka pomidor 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 sałata herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 743,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 86 <b>Tłuszcz</b> [g] 49,5 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 22,7 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 250 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 43,1 <b>Sól</b> [g] 4,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 23
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe ogonówka pomidor 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 sałata herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 508,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 92,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 43,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone</b> ogółem [g] 20,2 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 194,6 <b>suma cukrów prostych</b> [g] 42,4 <b>Sól</b> [g] 3,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 15,9