

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                                      | 1                                                                                                                                                     | 2    | 3                                                                                                                 | 4 | 5                                                                                                            | 6                | 7                                                                                                                                                                                                                                         |
|-------------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                         |                                                      | Śniadanie                                                                                                                                             | II Ś | Obiad                                                                                                             | P | Kolacja                                                                                                      | Pn               | SUMA                                                                                                                                                                                                                                      |
| 2025-08-04 poniedziałek | Podstawowa (I)                                       | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>wędlina wieprzowa<br>pasztecik drobiowy<br>sałata<br>rzodkiewka<br>makaron na mleku<br>herbata czarna |      | brokułowa<br>klopsiki<br>sos pomidorowy<br>kasza gryczana na sypko<br>surówka<br>wielowarzywna z olejem<br>kompot |   | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Ser biały<br>pomidor<br>herbata czarna                       | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 099,4<br>Białko ogółem [g] 94,3<br>Tłuszcz [g] 62<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3<br>Węglowodany ogółem [g] 308,9<br>suma cukrów prostych [g] 49,3<br>Sól [g] 5,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,9 |
|                         | Łatwostrawna (II)                                    | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>wędlina wieprzowa<br>pasztecik drobiowy<br>sałata<br>rzodkiewka<br>makaron na mleku<br>herbata czarna  |      | brokułowa<br>pulpety w sosie własnym<br>kasza jęczmienna na sypko<br>surówka<br>wielowarzywna z olejem<br>kompot  |   | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Ser biały<br>pomidor<br>herbata czarna                        | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 072,4<br>Białko ogółem [g] 96,8<br>Tłuszcz [g] 67,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3<br>Węglowodany ogółem [g] 284,7<br>suma cukrów prostych [g] 51<br>Sól [g] 5<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,3   |
|                         | Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą. | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>sałata<br>herbata czarna<br>makaron na mleku                                       |      | koperkowa<br>pulpety w sosie własnym<br>Ziemniaki gotowane<br>marchewka gotowana<br>kompot                        |   | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 966,5<br>Białko ogółem [g] 98,5<br>Tłuszcz [g] 59,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2<br>Węglowodany ogółem [g] 272,3<br>suma cukrów prostych [g] 57<br>Sól [g] 6,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,5 |

|                         |                                       |                                                                                                                                  |       |                                                                                                            |                                                          |                                                                          |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-04 poniedziałek | Bogatoresztkowa                       | sałata<br>sałata                                                                                                                 |       | sos pomidorowy<br>sos pomidorowy                                                                           |                                                          |                                                                          |                  | Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9<br>Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |
|                         | Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA) | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny<br>wędlina wieprzowa pasztecik drobiowy<br>sałata<br>rzodkiewka ziemniaczana herbata czarna | wafle | brokułowa I. pulpety w sosie własnym<br>kasza jęczmienna na sypko<br>surówka wielowarzywna z olejem kompot | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny<br>Ser biały herbata czarna pomidor | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 251,4<br>Białko ogółem [g] 99,2<br>Tłuszcz [g] 65,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6<br>Węglowodany ogółem [g] 342,5<br>suma cukrów prostych [g] 42<br>Sól [g] 7,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 52                                                                                                                                                                                                                            |
|                         | O kontrolowanej zawartości KT         | sałata                                                                                                                           |       | sos pomidorowy                                                                                             |                                                          |                                                                          |                  | Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9                                                                                                                                                                                                                                    |

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                   |                  |  |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------|-------------------|------------------|--|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-04 poniedziałek | Ubogoenergetyczna | salata<br>salata |  | sos pomidorowy<br>sos pomidorowy | Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9<br>Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |
|                         | Bogatobiałkowa    | salata<br>salata |  | sos pomidorowy<br>sos pomidorowy | Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9<br>Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |

|                         |                           |        |  |                |  |                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------|---------------------------|--------|--|----------------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-04 poniedziałek | Niskobiałkowa             | sałata |  | sos pomidorowy |  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |
|                         | Eliminacyjna              | sałata |  | sos pomidorowy |  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |
|                         | Eliminacyjna bezglutenowa | sałata |  | sos pomidorowy |  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |
|                         | Eliminacyjna bezmleczna   | sałata |  | sos pomidorowy |  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |

|                         |                            |                                                          |  |                                                          |                                                   |                  |                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------|--|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-04 poniedziałek | Eliminacyjna wegetariańska | sałata                                                   |  | sos pomidorowy                                           |                                                   |                  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9         |
|                         | Płynna                     | sałata                                                   |  | sos pomidorowy                                           |                                                   |                  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9         |
|                         | Papkowata                  | ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna sałata |  | ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot sos pomidorowy | ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 015,8<br>Białko ogółem [g] 94,9<br>Tłuszcz [g] 79,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5<br>Węglowodany ogółem [g] 245<br>suma cukrów prostych [g] 45<br>Sól [g] 3,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,2 |
|                         | Płynna wzmocniona          | sałata                                                   |  | sos pomidorowy                                           |                                                   |                  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9         |

|                         |                             |                                                                                                                                                                 |                |                                                                                                                                       |                                                               |                                                                                                                   |                  |                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-04 poniedziałek | Podstawowa C1               | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>wędlina wieprzowa<br>pasztecik drobiowy<br>rzodkiewka<br>makaron na mleku<br>herbata czarna<br>sałata<br>sałata |                | brokułowa<br>klopsiki<br>kasza gryczana na sypko<br>surówka<br>wielowarzywna z olejem<br>kompot<br>sos pomidorowy                     |                                                               | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Ser biały<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku<br>pomidor | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 352,7<br>Białko ogółem [g] 108,7<br>Tłuszcz [g] 70,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4<br>Węglowodany ogółem [g] 338,6<br>suma cukrów prostych [g] 61,8<br>Sól [g] 6<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,7 |
|                         | Łatwostrawna C2             | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>wędlina wieprzowa<br>pasztecik drobiowy<br>rzodkiewka<br>makaron na mleku<br>herbata czarna<br>sałata<br>sałata  |                | brokułowa l.<br>pulpety w sosie własnym<br>kasza jęczmienna na sypko<br>surówka<br>wielowarzywna z olejem<br>kompot<br>sos pomidorowy |                                                               | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Ser biały<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku<br>pomidor  | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 207,7<br>Białko ogółem [g] 105,9<br>Tłuszcz [g] 75,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1<br>Węglowodany ogółem [g] 293,5<br>suma cukrów prostych [g] 64,4<br>Sól [g] 4,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 32 |
|                         | Z ogra łatwo przysw węgl C3 | sałata                                                                                                                                                          |                | sos pomidorowy                                                                                                                        |                                                               |                                                                                                                   |                  | Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9            |
|                         | Podstawowa P1 (IV -DZI)     | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>wędlina wieprzowa<br>rzodkiewka<br>makaron na mleku<br>herbata czarna<br>sałata<br>sałata                          | kisiel owocowy | brokułowa<br>klopsiki<br>kasza gryczana na sypko<br>surówka<br>wielowarzywna z olejem<br>kompot<br>sos pomidorowy                     | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>Wędlina drobiowa | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>Ser biały<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku<br>pomidor    | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 923,8<br>Białko ogółem [g] 94,7<br>Tłuszcz [g] 60,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25<br>Węglowodany ogółem [g] 266,4<br>suma cukrów prostych [g] 60,5<br>Sól [g] 5,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,4  |

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                       |                                                                                                                                       |                |                                                                                                                                                |                                                              |                                                                                                       |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-04 poniedziałek | Łatwostrawna P2 (III - DZI)           | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>wędlina wieprzowa<br>rzodkiewka<br>makaron na mleku<br>herbata czarna<br>sałata<br>sałata | kisiel owocowy | brokułowa I.<br>pulpety w sosie<br>własnym<br>kasza jęczmienna<br>na sypko<br>surówka<br>wielowarzywna z<br>olejem<br>kompot<br>sos pomidorowy | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>Wędlina drobiowa | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>Ser biały<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na<br>mleku | jogurt naturalny | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 1 790,9<br>Białko ogółem<br>[g] 94,9<br>Tłuszcz [g] 62<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g] 25,6<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 225,9<br>suma cukrów<br>prostych [g] 58<br>Sól [g] 4,8<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>24 |
|                         | Łatwostrawna częściowo rozdrobniona   | sałata                                                                                                                                |                | sos pomidorowy                                                                                                                                 |                                                              |                                                                                                       |                  | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 69,6<br>Białko ogółem<br>[g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g] 1<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów<br>prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>0,9       |
|                         | Łatwostrawna płynna                   | sałata                                                                                                                                |                | sos pomidorowy                                                                                                                                 |                                                              |                                                                                                       |                  | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 69,6<br>Białko ogółem<br>[g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g] 1<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów<br>prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>0,9       |
|                         | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | sałata                                                                                                                                |                | sos pomidorowy                                                                                                                                 |                                                              |                                                                                                       |                  | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 69,6<br>Białko ogółem<br>[g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g] 1<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów<br>prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>0,9       |

|                         |                                            |        |  |                |  |                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------|--------------------------------------------|--------|--|----------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-04 poniedziałek | Z ogr łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA - DZI) | sałata |  | sos pomidorowy |  | Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |
|                         | Niskobiałkowa normokaloryczna              | sałata |  | sos pomidorowy |  | Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |
|                         | Bezglutenowa                               | sałata |  | sos pomidorowy |  | Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |
|                         | Bezglutenowa, beznmleczna                  | sałata |  | sos pomidorowy |  | Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |

|                         |                                                |        |  |                |  |                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------|------------------------------------------------|--------|--|----------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-04 poniedziałek | O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych | sałata |  | sos pomidorowy |  | Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |
|                         | Wegetariańska                                  | sałata |  | sos pomidorowy |  | Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |
|                         | Bezmleczna                                     | sałata |  | sos pomidorowy |  | Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |
|                         | Śniadanie                                      | sałata |  | sos pomidorowy |  | Wartość energetyczna[kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9 |

|                         |                   |                                                                                                                                                   |  |                                                                                                     |  |                                                                                                     |                  |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-04 poniedziałek | Kolacja           | sałata                                                                                                                                            |  | sos pomidorowy                                                                                      |  |                                                                                                     |                  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9            |
|                         | Obiad             | sałata                                                                                                                                            |  | sos pomidorowy                                                                                      |  |                                                                                                     |                  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 69,6<br>Białko ogółem [g] 1,6<br>Tłuszcz [g] 4,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1<br>Węglowodany ogółem [g] 6,6<br>suma cukrów prostych [g] 2,1<br>Sól [g] 0,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,9            |
| 2025-08-05 wtorek       | Podstawowa (I)    | pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny<br>wędlina wieprzowa<br>jajko gotowane<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>kasza manna na mleku   |  | barszcz biały l. kotlet z piersi indyka<br>Ziemniaki gotowane<br>surówka z białej kapusty<br>kompot |  | pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>ogórek zielony<br>herbata czarna   | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 068,2<br>Białko ogółem [g] 89,5<br>Tłuszcz [g] 71,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6<br>Węglowodany ogółem [g] 281,2<br>suma cukrów prostych [g] 49<br>Sól [g] 6,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,7  |
|                         | Łatwostrawna (II) | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>wędlina wieprzowa<br>jajko gotowane<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>kasza manna na mleku |  | barszcz biały l. bitka z piersi indyka gotowana<br>Ziemniaki gotowane<br>buraki gotowane<br>kompot  |  | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>ogórek zielony<br>herbata czarna | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 880,1<br>Białko ogółem [g] 108,2<br>Tłuszcz [g] 55,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1<br>Węglowodany ogółem [g] 247<br>suma cukrów prostych [g] 53,2<br>Sól [g] 5,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,7 |

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                      |                                                                                                                                                 |                      |                                                                                                  |                                                                                                 |                                      |                                                                                                                                |  |  |                                                                                             |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                              |                  |                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-05 wtorek | Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV) |                                                                                                                                                 |                      |                                                                                                  |                                                                                                 |                                      | bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny<br>wędlina wieprzowa<br>herbata czarna<br>kasza manna na mleku                        |  |  | ziemniaczana bitka z piersi indyka gotowana<br>Ziemniaki gotowane<br>buraki gotowane kompot |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                           | bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>Kasza jęczmienna na mleku<br>herbata czarna                                                                                                                                  | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 959,7<br>Białko ogółem [g] 110,4<br>Tłuszcz [g] 54,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5<br>Węglowodany ogółem [g] 266,8<br>suma cukrów prostych [g] 61,4<br>Sól [g] 5,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,9 |
|                   | Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)                | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny<br>wędlina wieprzowa<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>ziemniaczana<br>jajko gotowane              | chrupki kukurydziane |                                                                                                  | barszcz biały l. bitka z piersi indyka gotowana<br>Ziemniaki gotowane<br>buraki gotowane kompot | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>ogórek zielony<br>herbata czarna                                   |  |  |                                                                                             |                  |                                                                                                                                                                                                                                           | jogurt naturalny                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna[kcal] 2 118,3<br>Białko ogółem [g] 107,5<br>Tłuszcz [g] 56,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,9<br>Węglowodany ogółem [g] 316,9<br>suma cukrów prostych [g] 41,7<br>Sól [g] 8,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 44,3 |                  |                                                                                                                                                                                                                                              |
|                   | Papkowata                                            | ziemniaczana z dodatkiem białkowym<br>herbata czarna                                                                                            |                      | ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot                                                        |                                                                                                 |                                      | ziemniaczana z dodatkiem białkowym<br>herbata czarna                                                                           |  |  |                                                                                             |                  | jogurt naturalny                                                                                                                                                                                                                          | Wartość energetyczna[kcal] 1 946,2<br>Białko ogółem [g] 93,4<br>Tłuszcz [g] 74,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>Węglowodany ogółem [g] 238,3<br>suma cukrów prostych [g] 43<br>Sól [g] 3,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,3 |                                                                                                                                                                                                                                              |                  |                                                                                                                                                                                                                                              |
|                   | Podstawowa C1                                        | pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny<br>wędlina wieprzowa<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>kasza manna na mleku<br>jajko gotowane |                      | barszcz biały l. kotlet z piersi indyka<br>Ziemniaki gotowane<br>surówka z białej kapusty kompot |                                                                                                 |                                      | pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna na mleku<br>ogórek zielony |  |  |                                                                                             | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 262,7<br>Białko ogółem [g] 99,4<br>Tłuszcz [g] 77<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7<br>Węglowodany ogółem [g] 308,4<br>suma cukrów prostych [g] 61,3<br>Sól [g] 6,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,9 |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                              |                  |                                                                                                                                                                                                                                              |

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                             |                                                                                                                                                         |                |                                                                                                             |                                                        |                                                                                                                                        |                  |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-05 wtorek | Łatwostrawna C2             | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>wędlina wieprzowa<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>kasza manna na<br>mleku<br>jajko gotowane |                | barszcz biały l.<br>bitka z piersi<br>indyka gotowana<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>buraki gotowane<br>kompot |                                                        | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>ogórek zielony<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna<br>na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 074,6<br>Białko ogółem [g] 118,1<br>Tłuszcz [g] 60,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2<br>Węglowodany ogółem [g] 274,2<br>suma cukrów prostych [g] 65,6<br>Sól [g] 5,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 21  |
|                   | Podstawowa P1 (IV -DZI)     | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>wędlina wieprzowa<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>kasza manna na<br>mleku<br>jajko gotowane      | budyń na mleku | barszcz biały l.<br>kotlet z piersi indyka<br>Ziemniaki gotowane<br>surówka z białej kapusty<br>kompot      | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>Ser biały | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>Wędlina drobiowa<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna na mleku<br>ogórek zielony         | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 078,8<br>Białko ogółem [g] 100,6<br>Tłuszcz [g] 73,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8<br>Węglowodany ogółem [g] 266,7<br>suma cukrów prostych [g] 66,8<br>Sól [g] 6<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,4  |
|                   | Łatwostrawna P2 (III - DZI) | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>wędlina wieprzowa<br>sałata<br>herbata czarna<br>kasza manna na mleku                                      | budyń na mleku | barszcz biały l.<br>kotlet z piersi indyka<br>Ziemniaki gotowane<br>surówka z białej kapusty<br>kompot      | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>Ser biały | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>Wędlina drobiowa<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna na mleku                           | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 990,4<br>Białko ogółem [g] 93,4<br>Tłuszcz [g] 68,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3<br>Węglowodany ogółem [g] 262,5<br>suma cukrów prostych [g] 64,3<br>Sól [g] 5,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,5 |
| 2025-08-06 środa  | Podstawowa (I)              | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>ser topiony<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>płatki owsiane na mleku    |                | szczawiowa z jajkiem<br>udko kurczaka<br>duszone<br>Ziemniaki gotowane<br>sałatka wiosenna<br>kompot        |                                                        | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>Parówka drobiowa<br>ogórek kwaszony<br>herbata czarna                               | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 195,4<br>Białko ogółem [g] 95,1<br>Tłuszcz [g] 95,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4<br>Węglowodany ogółem [g] 252,1<br>suma cukrów prostych [g] 42,6<br>Sól [g] 7,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,7 |

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                                      |                                                                                                                                               |                      |                                                                                                          |                                                          |                                                                                                    |                  |                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-06 środa | Łatwostrawna (II)                                    | bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>ser topiony<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>płatki owsiane na mleku |                      | ryżanka<br>udko kurczaka<br>gotowane<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>sałata z olejem<br>rzodkiewka<br>kompot |                                                          | bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny<br>Parówka drobiowa<br>ogórek kwaszony<br>herbata czarna  | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 907<br>Białko ogółem [g] 84,6<br>Tłuszcz [g] 81,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2<br>Węglowodany ogółem [g] 216,8<br>suma cukrów prostych [g] 40,7<br>Sól [g] 6,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 17,7 |
|                  | Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą. | bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>herbata czarna<br>płatki owsiane na mleku                                     |                      | ryżanka<br>udko kurczaka<br>gotowane<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>buraki gotowane<br>kompot               |                                                          | bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>makaron na mleku<br>herbata czarna | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 850,8<br>Białko ogółem [g] 90,1<br>Tłuszcz [g] 59,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2<br>Węglowodany ogółem [g] 248<br>suma cukrów prostych [g] 55,9<br>Sól [g] 5,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 18   |
|                  | Z ogr. łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)              | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>ziemniaczana<br>ser topiony                | chrupki kukurydziane | ryżanka<br>udko kurczaka<br>gotowane<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>sałata z olejem<br>kompot<br>rzodkiewka | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny<br>Parówka drobiowa<br>ogórek kwaszony<br>herbata czarna      | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 229,8<br>Białko ogółem [g] 90,9<br>Tłuszcz [g] 85,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8<br>Węglowodany ogółem [g] 296<br>suma cukrów prostych [g] 34,1<br>Sól [g] 9,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 42,7 |
|                  | Papkováta                                            | ziemniaczana z dodatkiem białkowym<br>herbata czarna                                                                                          |                      | ziemniaczana z dodatkiem białkowym<br>kompot                                                             |                                                          | ziemniaczana z dodatkiem białkowym<br>herbata czarna                                               | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2<br>Białko ogółem [g] 93,4<br>Tłuszcz [g] 74,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>Węglowodany ogółem [g] 238,3<br>suma cukrów prostych [g] 43<br>Sól [g] 3,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,3 |

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                             |                                                                                                                                                   |                      |                                                                                                                      |                                                               |                                                                                                                           |                  |                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-06 środa | Podstawowa C1               | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>płatki owsiane na mleku<br>ser topiony |                      | szczawiowa z jajkiem<br>udko kurczaka<br>duszone<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>sałata z olejem<br>kompot<br>rzodkiewka |                                                               | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Parówka drobiowa<br>ogórek kwaszony<br>herbata czarna<br>makaron na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 329,5<br>Białko ogółem [g] 102,5<br>Tłuszcz [g] 94,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35<br>Węglowodany ogółem [g] 281,9<br>suma cukrów prostych [g] 53,9<br>Sól [g] 7,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,3  |
|                  | Łatwostrawna C2             | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>ser topiony<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>płatki owsiane na mleku  |                      | ryżanka<br>udko kurczaka<br>duszone<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>sałata z olejem<br>rzodkiewka<br>kompot              |                                                               | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Parówka drobiowa<br>ogórek kwaszony<br>herbata czarna<br>makaron na mleku  | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 217,6<br>Białko ogółem [g] 96,1<br>Tłuszcz [g] 97,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36<br>Węglowodany ogółem [g] 248,5<br>suma cukrów prostych [g] 52,9<br>Sól [g] 6,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,4   |
|                  | Podstawowa P1 (IV -DZI)     | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>Wędlina drobiowa<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>płatki owsiane na mleku<br>ser topiony    | chrupki kukurydziane | szczawiowa z jajkiem<br>udko kurczaka<br>gotowane<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>sałata z olejem<br>kompot              | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>Wędlina drobiowa | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>Parówka drobiowa<br>ogórek kwaszony<br>herbata czarna<br>makaron na mleku    | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 898,5<br>Białko ogółem [g] 94,6<br>Tłuszcz [g] 76,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8<br>Węglowodany ogółem [g] 218,2<br>suma cukrów prostych [g] 41,2<br>Sól [g] 7,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,3 |
|                  | Łatwostrawna P2 (III - DZI) | bułka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>Wędlina drobiowa<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>płatki owsiane na mleku<br>ser topiony     | chrupki kukurydziane | ryżanka<br>udko kurczaka<br>gotowane<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>sałata z olejem<br>kompot                           | bułka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>Wędlina drobiowa  | bułka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>Parówka drobiowa<br>ogórek kwaszony<br>herbata czarna<br>makaron na mleku     | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 605,9<br>Białko ogółem [g] 82<br>Tłuszcz [g] 70<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4<br>Węglowodany ogółem [g] 168,9<br>suma cukrów prostych [g] 39,7<br>Sól [g] 6,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 13,1     |

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                      |                                                                                                                                                     |                |                                                                                                        |                                                             |                                                                                                          |                  |                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-07 czwartek | Podstawowa (I)                                       | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>ser biały<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne na mleku |                | barszcz czerwony<br>kotlet schabowy<br>Ziemniaki gotowane<br>kapusta biała<br>zasmażana<br>kompot      |                                                             | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pasztecik drobiowy<br>kapusta pekińska<br>herbata czarna | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 019,7<br>Białko ogółem [g] 91,1<br>Tłuszcz [g] 53,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20<br>Węglowodany ogółem [g] 310,5<br>suma cukrów prostych [g] 58,5<br>Sól [g] 5,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 36,4    |
|                     | Łatwostrawna (II)                                    | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>wędlina wieprzowa<br>ser biały<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne na mleku |                | barszcz czerwony<br>schab gotowany<br>Ziemniaki gotowane<br>kalafior z wody z bułką tartą<br>kompot    |                                                             | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pasztecik drobiowy<br>kapusta pekińska<br>herbata czarna  | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 929,3<br>Białko ogółem [g] 105,9<br>Tłuszcz [g] 62,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1<br>Węglowodany ogółem [g] 248,4<br>suma cukrów prostych [g] 50,7<br>Sól [g] 5,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,4 |
|                     | Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV) | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne na mleku                                    |                | barszcz czerwony l.<br>schab gotowany<br>Ziemniaki gotowane<br>marchewka gotowana<br>kompot            |                                                             | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>ryż na mleku<br>herbata czarna        | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 899,7<br>Białko ogółem [g] 98,8<br>Tłuszcz [g] 50,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5<br>Węglowodany ogółem [g] 276,3<br>suma cukrów prostych [g] 64,2<br>Sól [g] 6,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,3  |
|                     | Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)                | chleb razowy<br>mix tłuszczowy roślinny<br>ser biały<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>ziemniaczana<br>wędlina wieprzowa                    | kisiel owocowy | barszcz czerwony l.<br>schab gotowany<br>Ziemniaki gotowane<br>kalafior z wody z bułką tartą<br>kompot | chleb razowy<br>mix tłuszczowy roślinny<br>parówka drobiowa | chleb razowy<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pasztecik drobiowy<br>kapusta pekińska<br>herbata czarna      | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 093<br>Białko ogółem [g] 81,8<br>Tłuszcz [g] 60,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2<br>Węglowodany ogółem [g] 329,1<br>suma cukrów prostych [g] 57,8<br>Sól [g] 7,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 47,5    |

|                     |                          |                                                                                                                                 |                |                                                                                            |                                                      |                                                                                                           |                  |                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-07 czwartek | 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<br>Białko ogółem [g] 93,4<br>Tłuszcz [g] 74,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>Węglowodany ogółem [g] 238,3<br>suma cukrów prostych [g] 43<br>Sól [g] 3,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,3    |
|                     | Podstawowa C1            | pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pomidor sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku ser biały |                | barszcz czerwony kotlet schabowy Ziemniaki gotowane kapusta biała zasmażana kompot         |                                                      | pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kapusta pekińska herbata czarna ryż na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 284,2<br>Białko ogółem [g] 103,8<br>Tłuszcz [g] 63,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7<br>Węglowodany ogółem [g] 342,5<br>suma cukrów prostych [g] 70,8<br>Sól [g] 6,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 37   |
|                     | Łatwostrawna C2          | bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa ser biały pomidor sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku  |                | barszcz czerwony l. schab gotowany Ziemniaki gotowane kalafior z wody z bułką tartą kompot |                                                      | bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kapusta pekińska herbata czarna ryż na mleku  | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 084,7<br>Białko ogółem [g] 114,6<br>Tłuszcz [g] 63,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6<br>Węglowodany ogółem [g] 276,4<br>suma cukrów prostych [g] 61,7<br>Sól [g] 5,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,7 |
|                     | Podstawowa P1 (IV -DZII) | pieczywo mieszane masło śmietankowe wędlina wieprzowa pomidor sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku ser biały       | kisiel owocowy | barszcz czerwony schab gotowany Ziemniaki gotowane kapusta biała zasmażana kompot          | pieczywo mieszane masło śmietankowe parówka drobiowa | pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy kapusta pekińska herbata czarna ryż na mleku       | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 841,1<br>Białko ogółem [g] 98,4<br>Tłuszcz [g] 50<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8<br>Węglowodany ogółem [g] 263<br>suma cukrów prostych [g] 61,6<br>Sól [g] 5,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,9      |

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                      |                                                                                                                                                     |                |                                                                                                                 |                                                              |                                                                                                                      |                  |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-07 czwartek | Łatwostrawna P2 (III - DZI)                          | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>wędlina wieprzowa<br>pomidor<br>sałata<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne<br>na mleku<br>ser biały | kisiel owocowy | barszcz czerwony<br>l.<br>schab gotowany<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>kalafior z wody z<br>bulką tartą<br>kompot | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>parówka drobiowa | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>pasztecik drobiowy<br>kapusta pekińska<br>herbata czarna<br>ryż na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 675,1<br>Białko ogółem [g] 93,9<br>Tłuszcz [g] 55,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6<br>Węglowodany ogółem [g] 210,7<br>suma cukrów prostych [g] 58,6<br>Sól [g] 4,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,1 |
|                     | Podstawowa (I)                                       | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pasta z jajek<br>sałata<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku<br>pomidor                     |                | jarzynowa<br>makaron z serem<br>jablko parzone<br>kompot                                                        |                                                              | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>ser topiony<br>ser topiony<br>herbata czarna<br>rzodkiewka           | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 263,3<br>Białko ogółem [g] 99,2<br>Tłuszcz [g] 79,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7<br>Węglowodany ogółem [g] 301,5<br>suma cukrów prostych [g] 66,2<br>Sól [g] 6,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,2 |
|                     | Łatwostrawna (II)                                    | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pasta z jajek<br>sałata<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku<br>pomidor                      |                | jarzynowa l.<br>makaron z serem<br>jablko parzone<br>kompot                                                     |                                                              | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>ser topiony<br>ser topiony<br>herbata czarna<br>rzodkiewka            | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 968,5<br>Białko ogółem [g] 91,5<br>Tłuszcz [g] 78,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33<br>Węglowodany ogółem [g] 234,6<br>suma cukrów prostych [g] 65<br>Sól [g] 5,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,8     |
|                     | Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żołą (IV) | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku                                        |                | ziemniaczana<br>udko kurczaka<br>gotowane<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>kompot<br>buraki gotowane                 |                                                              | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna na mleku       | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 741,8<br>Białko ogółem [g] 88,5<br>Tłuszcz [g] 60,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6<br>Węglowodany ogółem [g] 219,6<br>suma cukrów prostych [g] 60,6<br>Sól [g] 5<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,6   |

|                   |                                       |                                                                                                                                    |       |                                                                                                 |                                                         |                                                                                                                                            |                  |                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-08 piątek | Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA) | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>pasta z jajek<br>sałata<br>pomidor<br>herbata czarna<br>ziemniaczana                 | wafle | jarzynowa l.<br>udko kurczaka<br>gotowane<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>buraki gotowane<br>kompot | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ser żółty | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ser topiony<br>ser topiony<br>herbata czarna<br>rzodkiewka                                   | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 509,2<br>Białko ogółem [g] 101,1<br>Tłuszcz [g] 97,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36<br>Węglowodany ogółem [g] 331,4<br>suma cukrów prostych [g] 46<br>Sól [g] 9,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 49       |
|                   | Papkowata                             | ziemniaczana z dodatkiem białkowym<br>herbata czarna                                                                               |       | ziemniaczana z dodatkiem białkowym<br>kompot                                                    |                                                         | ziemniaczana z dodatkiem białkowym<br>herbata czarna                                                                                       | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 946,2<br>Białko ogółem [g] 93,4<br>Tłuszcz [g] 74,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>Węglowodany ogółem [g] 238,3<br>suma cukrów prostych [g] 43<br>Sól [g] 3,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,3    |
|                   | Podstawowa C1                         | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>pasta z jajek<br>sałata<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku<br>pomidor |       | jarzynowa makaron z serem<br>jablko parzone<br>kompot                                           |                                                         | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ser topiony<br>ser topiony<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna na mleku<br>rzodkiewka | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 457,8<br>Białko ogółem [g] 109,1<br>Tłuszcz [g] 85,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7<br>Węglowodany ogółem [g] 328,7<br>suma cukrów prostych [g] 78,5<br>Sól [g] 6,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,5 |
|                   | Łatwostrawna C2                       | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>pasta z jajek<br>sałata<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku<br>pomidor  |       | jarzynowa l.<br>makaron z serem<br>jablko parzone<br>kompot                                     |                                                         | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ser topiony<br>ser topiony<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna na mleku<br>rzodkiewka  | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 163<br>Białko ogółem [g] 101,4<br>Tłuszcz [g] 83,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36<br>Węglowodany ogółem [g] 261,9<br>suma cukrów prostych [g] 77,3<br>Sól [g] 5,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,1     |

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                             |                                                                                                                                         |       |                                                                                                                   |                                                        |                                                                                                                                      |                  |                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-08 piątek | Podstawowa P1 (IV - DZI)    | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>pasta z jajek<br>sałata<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku<br>pomidor            | wafle | jarzynowa<br>makaron z serem<br>jablko parzone<br>kompot                                                          | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>ser żółty | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>ser topiony<br>ser topiony<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna na mleku<br>rzodkiewka | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 266,5<br>Białko ogółem [g] 102,9<br>Tłuszcz [g] 80,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,6<br>Węglowodany ogółem [g] 295,4<br>suma cukrów prostych [g] 67,1<br>Sól [g] 6,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,4 |
|                   | Łatwostrawna P2 (III - DZI) | bułka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>pasta z jajek<br>sałata<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku<br>pomidor             | wafle | jarzynowa I.<br>makaron z serem<br>jablko parzone<br>kompot                                                       | bułka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>ser żółty  | bułka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>ser topiony<br>ser topiony<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna na mleku<br>rzodkiewka  | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 094,5<br>Białko ogółem [g] 98,5<br>Tłuszcz [g] 80,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42<br>Węglowodany ogółem [g] 255,4<br>suma cukrów prostych [g] 66,5<br>Sól [g] 5,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 20,4    |
| 2025-08-09 sobota | Podstawowa (I)              | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>wędlina wieprzowa<br>ogórek zielony<br>sałata<br>herbata czarna<br>kasza manna na mleku |       | barszcz biały<br>klopsiki<br>kasza jęczmienna na sypko<br>surówka z kapusty kwaszonej<br>kompot                   |                                                        | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>parówka drobiowa<br>sałata                                                           | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 311<br>Białko ogółem [g] 96,7<br>Tłuszcz [g] 78,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5<br>Węglowodany ogółem [g] 319,4<br>suma cukrów prostych [g] 38,2<br>Sól [g] 7,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 29      |
|                   | Łatwostrawna (II)           | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>wędlina wieprzowa<br>ogórek zielony<br>sałata<br>herbata czarna<br>kasza manna na mleku  |       | barszcz biały I.<br>pulpety w sosie własnym<br>kasza jęczmienna na sypko<br>surówka z kapusty kwaszonej<br>kompot |                                                        | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>parówka drobiowa<br>sałata                                                            | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 337,2<br>Białko ogółem [g] 108,6<br>Tłuszcz [g] 85,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7<br>Węglowodany ogółem [g] 294,8<br>suma cukrów prostych [g] 38<br>Sól [g] 6,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,3   |

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                      |  |  |  |  |  |  |                                                                                                                       |              |  |                                                                                                       |  |                                                       |                                                                                             |                  |                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------|------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-09 sobota | Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV) |  |  |  |  |  |  | bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa herbata czarna kasza manna na mleku                         |              |  | krupnik pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot                          |  |                                                       | bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa Kasza jęczmienna na mleku         | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 101,9 Białko ogółem [g] 108,3 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 288,9 suma cukrów prostych [g] 53,2 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 |
|                   | Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)                |  |  |  |  |  |  | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa ogórek zielony sałata herbata czarna ziemniaczana              | wafle ryżowe |  | barszcz biały l. pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z kapusty kwaszonej kompot |  | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny parówka drobiowa sałata                                | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 598,7 Białko ogółem [g] 114,5 Tłuszcz [g] 88,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Węglowodany ogółem [g] 360,2 suma cukrów prostych [g] 33,2 Sól [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 47 |
|                   | 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 wędlina wieprzowa ogórek zielony sałata herbata czarna kasza manna na mleku |              |  | klopsiki klopsiki kasza jęczmienna na sypko surówka z kapusty kwaszonej kompot                        |  |                                                       | pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny parówka drobiowa sałata Kasza jęczmienna na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 270,8 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 80,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 299,1 suma cukrów prostych [g] 42,9 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 24 |

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                             |                                                                                                                                           |              |                                                                                                                            |                                                               |                                                                                                              |                                    |                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-09 sobota    | Łatwostrawna C2             | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>wędlina wieprzowa<br>ogórek zielony<br>sałata<br>herbata czarna<br>kasza manna na mleku |              | barszcz biały I.<br>pulpety w sosie<br>własnym<br>kasza jęczmienna<br>na sypko<br>surówka z kapusty<br>kwaszonej<br>kompot |                                                               | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>parówka drobiowa<br>sałata<br>Kasza jęczmienna<br>na mleku | jogurt naturalny                   | Wartość energetyczna[kcal] 2 531,7<br>Białko ogółem [g] 118,4<br>Tłuszcz [g] 90,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8<br>Węglowodany ogółem [g] 322<br>suma cukrów prostych [g] 50,4<br>Sól [g] 6,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,6  |
|                      | Podstawowa P1 (IV -DZI)     | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>wędlina wieprzowa<br>ogórek zielony<br>sałata<br>herbata czarna<br>kasza manna na mleku      | wafle ryżowe | barszcz biały I.<br>klopsiki<br>kasza jęczmienna<br>na sypko<br>surówka z kapusty<br>kwaszonej<br>kompot                   | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>Wędlina drobiowa | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>parówka drobiowa<br>sałata<br>Kasza jęczmienna<br>na mleku      | jogurt naturalny                   | Wartość energetyczna[kcal] 2 109<br>Białko ogółem [g] 99,1<br>Tłuszcz [g] 73,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7<br>Węglowodany ogółem [g] 275,5<br>suma cukrów prostych [g] 40,7<br>Sól [g] 7,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 25     |
|                      | Łatwostrawna P2 (III - DZI) | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>wędlina wieprzowa<br>ogórek zielony<br>sałata<br>herbata czarna<br>kasza manna na mleku       | wafle ryżowe | barszcz biały I.<br>pulpety w sosie<br>własnym<br>kasza jęczmienna<br>na sypko<br>surówka z kapusty<br>kwaszonej<br>kompot | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>Wędlina drobiowa  | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>parówka drobiowa<br>sałata<br>Kasza jęczmienna<br>na mleku       | jogurt naturalny                   | Wartość energetyczna[kcal] 1 898,7<br>Białko ogółem [g] 93,5<br>Tłuszcz [g] 73,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9<br>Węglowodany ogółem [g] 225,6<br>suma cukrów prostych [g] 39,9<br>Sól [g] 6,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 18,7 |
| 2025-08-10 niedziela | Podstawowa (I)              | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>sałata<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne na mleku<br>pomidor |              | grysikowa<br>kotlet schabowy<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>surówka<br>wielowarzywna z majonezem<br>kompot                    |                                                               | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ser biały<br>pomidor<br>rzodkiewka                        | herbata czarna<br>jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 924,4<br>Białko ogółem [g] 85,7<br>Tłuszcz [g] 53,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4<br>Węglowodany ogółem [g] 291,9<br>suma cukrów prostych [g] 48,5<br>Sól [g] 5,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,9 |

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                                      |                                                                                                                                             |  |                                                                                                           |  |                                                                                                                 |                                    |                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-10 niedziela | Łatwostrawna (II)                                    | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>sałata<br>pomidor<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne<br>na mleku |  | grysikowa<br>schab gotowany<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>surówka<br>wielowarzywna z<br>majonezem<br>kompot |  | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ser biały<br>pomidor<br>rzodkiewka                            | herbata czarna<br>jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 665,1<br>Białko ogółem [g] 93,8<br>Tłuszcz [g] 46,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1<br>Węglowodany ogółem [g] 230,5<br>suma cukrów prostych [g] 47,9<br>Sól [g] 4,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 24   |
|                      | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (III)          | pomidor                                                                                                                                     |  |                                                                                                           |  |                                                                                                                 |                                    | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7                   |
|                      | Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV) | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>pomidor<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne<br>na mleku           |  | grysikowa<br>schab gotowany<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>marchewka<br>gotowana<br>kompot                   |  | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>Płatki owsiane na mleku<br>herbata czarna | jogurt naturalny                   | Wartość energetyczna[kcal] 1 717,2<br>Białko ogółem [g] 94,5<br>Tłuszcz [g] 48,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9<br>Węglowodany ogółem [g] 236,7<br>suma cukrów prostych [g] 54,1<br>Sól [g] 5,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,1 |

|                      |                                       |                                                                                                                 |                      |                                                                                                 |                                                   |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-10 niedziela | Bogatoresztkowa                       |                                                                                                                 |                      |                                                                                                 |                                                   |                                                                            | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7<br>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                      | Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA) | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>sałata<br>herbata czarna<br>ziemniaczana<br>pomidor | chrupki kukurydziane | grysiowa schab gotowany<br>Ziemniaki gotowane<br>surówka<br>wielowarzywna z majonezem<br>kompot | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny<br>ser żółty | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny<br>ser biały<br>pomidor<br>rzodkiewka | herbata czarna<br>jogurt naturalny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 020,5<br>Białko ogółem [g] 90,4<br>Tłuszcz [g] 55,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9<br>Węglowodany ogółem [g] 313,3<br>suma cukrów prostych [g] 41,8<br>Sól [g] 7,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 48,7 |
|                      | O kontrolowanej zawartości KT         | pomidor                                                                                                         |                      |                                                                                                 |                                                   |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7                   |

|                      |                   |                    |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------|-------------------|--------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-10 niedziela | Ubogoenergetyczna | pomidor<br>pomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7<br>Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |
|                      | Bogatobiałkowa    | pomidor<br>pomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7<br>Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |

|                      |                           |         |  |                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------|---------------------------|---------|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-10 niedziela | Niskobiałkowa             | pomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |
|                      | Eliminacyjna              | pomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |
|                      | Eliminacyjna bezglutenowa | pomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |
|                      | Eliminacyjna bezmleczna   | pomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |

|                      |                            |                                                           |                                           |  |                                                   |                  |                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--|---------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-10 niedziela | Eliminacyjna wegetariańska | pomidor                                                   |                                           |  |                                                   |                  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7                 |
|                      | Płynna                     | pomidor                                                   |                                           |  |                                                   |                  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7                 |
|                      | Papkowata                  | ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna pomidor | ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot |  | ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 957,6<br>Białko ogółem [g] 93,9<br>Tłuszcz [g] 75<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6<br>Węglowodany ogółem [g] 240,8<br>suma cukrów prostych [g] 44,7<br>Sól [g] 3,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,1 |
|                      | Płynna wzmocniona          | pomidor                                                   |                                           |  |                                                   |                  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7                 |

|                      |                             |                                                                                                                                       |                      |                                                                                                   |                                                     |                                                                                                              |                                    |                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-10 niedziela | Podstawowa C1               | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku<br>sałata<br>pomidor    |                      | grysikowa kotlet schabowy<br>Ziemniaki gotowane<br>surówka<br>wielowarzywna z majonezem<br>kompot |                                                     | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>ser biały<br>pomidor<br>rzodkiewka                           | herbata czarna<br>jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 925,9<br>Białko ogółem [g] 86,2<br>Tłuszcz [g] 54,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6<br>Węglowodany ogółem [g] 289,4<br>suma cukrów prostych [g] 48,4<br>Sól [g] 5,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 32,2 |
|                      | Łatwostrawna C2             | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Wędlina drobiowa<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne na mleku<br>sałata<br>pomidor |                      | grysikowa schab gotowany<br>Ziemniaki gotowane<br>surówka<br>wielowarzywna z majonezem<br>kompot  |                                                     | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>ser biały<br>pomidor<br>Płatki owsiane na mleku<br>rzodkiewka | herbata czarna<br>jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 691,3<br>Białko ogółem [g] 86,4<br>Tłuszcz [g] 49<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9<br>Węglowodany ogółem [g] 239,3<br>suma cukrów prostych [g] 59,9<br>Sól [g] 4,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 25     |
|                      | Z ogra łatwo przysw węgl C3 | pomidor                                                                                                                               |                      |                                                                                                   |                                                     |                                                                                                              |                                    | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7                   |
|                      | Podstawowa P1 (IV -DZI)     | pieczywo mieszane<br>masło śmietankowe<br>Wędlina drobiowa<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne na mleku<br>sałata<br>pomidor      | chrupki kukurydziane | grysikowa kotlet schabowy<br>Ziemniaki gotowane<br>surówka<br>wielowarzywna z majonezem<br>kompot | pieczywo mieszane<br>masło śmietankowe<br>ser żółty | pieczywo mieszane<br>masło śmietankowe<br>ser biały<br>pomidor<br>Płatki owsiane na mleku<br>rzodkiewka      | herbata czarna<br>jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 867,1<br>Białko ogółem [g] 92,6<br>Tłuszcz [g] 58,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3<br>Węglowodany ogółem [g] 258,3<br>suma cukrów prostych [g] 49,7<br>Sól [g] 6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,8   |

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                       |                                                                                                                             |                         |                                                                                                           |                                                       |                                                                                                              |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-10 niedziela | Łatwostrawna P2 (III - DZI)           | bulka wroclawska<br>masło<br>śmietankowe<br>Wędlina drobiowa<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne<br>na mleku<br>pomidor | chrupki<br>kukurydziane | grysikowa<br>schab gotowany<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>surówka<br>wielowarzywna z<br>majonezem<br>kompot | bulka wroclawska<br>masło<br>śmietankowe<br>ser żółty | bulka wroclawska<br>masło<br>śmietankowe<br>ser biały<br>pomidor<br>Płatki owsiane na<br>mleku<br>rzodkiewka | herbata czarna<br>jogurt naturalny | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 1 607<br>Białko ogółem<br>[g] 90,5<br>Tłuszcz [g] 51,2<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g] 25,5<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 208,2<br>suma cukrów<br>prostych [g] 53,8<br>Sól [g] 4,9<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>23,4 |
|                      | Łatwostrawna częściowo rozdrobniona   | pomidor                                                                                                                     |                         |                                                                                                           |                                                       |                                                                                                              |                                    | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 11,4<br>Białko ogółem<br>[g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g]<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów<br>prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>0,7                 |
|                      | Łatwostrawna płynna                   | pomidor                                                                                                                     |                         |                                                                                                           |                                                       |                                                                                                              |                                    | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 11,4<br>Białko ogółem<br>[g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g]<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów<br>prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>0,7                 |
|                      | Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | pomidor                                                                                                                     |                         |                                                                                                           |                                                       |                                                                                                              |                                    | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 11,4<br>Białko ogółem<br>[g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g]<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów<br>prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>0,7                 |

|                      |                                            |         |  |                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------|--------------------------------------------|---------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-10 niedziela | Z ogr łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA - DZI) | tomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |
|                      | Niskobiałkowa normokaloryczna              | tomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |
|                      | Bezglutenowa                               | tomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |
|                      | Bezglutenowa, beznleczna                   | tomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |

|                      |                                                |         |  |                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------|------------------------------------------------|---------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-10 niedziela | O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych | tomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |
|                      | Wegetariańska                                  | tomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |
|                      | Bezmleczna                                     | tomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |
|                      | Śniadanie                                      | tomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |

Jadłospisy z 31. tygodnia, tj. od dnia 2025-08-04 do dnia 2025-08-10 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |         |         |  |                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------|---------|---------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-08-10 niedziela | Kolacja | pomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |
|                      | Obiad   | pomidor |  | Wartość energetyczna[kcal] 11,4<br>Białko ogółem [g] 0,5<br>Tłuszcz [g] 0,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]<br>Węglowodany ogółem [g] 2,5<br>suma cukrów prostych [g] 1,7<br>Sól [g]<br>Błonnik pokarmowy [g] 0,7 |