

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-05-05 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jabłko kawa zbożowa na mleku makaron na mleku kielbasa krakowska		barszcz biały żeberka wieprzowe duszone w sosie własnym Ziemniaki gotowane kapusta kwaszona zasmażana kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 290,6 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 81,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 296,2 suma cukrów prostych [g] 58,8 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jabłko parzone kawa zbożowa na mleku makaron na mleku kielbasa krakowska		barszcz biały l. pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 034 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 64 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Węglowodany ogółem [g] 288 suma cukrów prostych [g] 83,2 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 27
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą.	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jabłko parzone makaron na mleku indyk z pasieki herbata czarna z/c		pulpety w sosie własnym kompot z /c krupnik Ziemniaki gotowane marchewka gotowana		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 864,8 Białko ogółem [g] 81,6 Tłuszcz [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Węglowodany ogółem [g] 280,3 suma cukrów prostych [g] 93,3 Sól [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,9

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-05 poniedziałek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jablko parzone herbata czarna ziemniaczana kielbasa krakowska	chrupki kukurydziane	barszcz biały l. pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 489,5 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 378,5 suma cukrów prostych [g] 58,5 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 53,4
	Papkováta	herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym		kompot z /c ziemniaczana z dodatkiem białkowym		herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jablko kawa zbożowa na mleku makaron na mleku kielbasa krakowska		barszcz biały żeberka wieprzowe duszone w sosie własnym Ziemniaki gotowane kapusta kwaszona zasmażana kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 512,1 Białko ogółem [g] 119,3 Tłuszcz [g] 88,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 325,8 suma cukrów prostych [g] 71,3 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,2
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jablko parzone kawa zbożowa na mleku makaron na mleku kielbasa krakowska		barszcz biały l. pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 255,5 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 70,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 317,5 suma cukrów prostych [g] 95,7 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,8

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-05 poniedziałek	Z ogra łatwo przysw węgl C3	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jabłko parzone herbata czarna ziemniaczana	chrupki kukurydziane	barszcz biały l. pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 398,3 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 378,5 suma cukrów prostych [g] 58,5 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 53,4
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały kielbasa krakowska sałata jabłko kawa zbożowa na mleku makaron na mleku	chrupki kukurydziane	barszcz biały żeberka wieprzowe duszone w sosie własnym Ziemniaki gotowane kapusta kwaszona zasmażana kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser topiony	pieczywo mieszane masło śmietankowe ogonówka kapusta pekińska herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 031,8 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 79,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Węglowodany ogółem [g] 247,9 suma cukrów prostych [g] 56,6 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały sałata makaron na mleku jabłko parzone kawa zbożowa na mleku kielbasa krakowska	chrupki kukurydziane	barszcz biały l. pulpety w sosie własnym surówka z marchwi i jabłka kasza jęczmienna na sypko kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe ser topiony	bułka wrocławska masło śmietankowe ogonówka kapusta pekińska Płatki owsiane na mleku herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 776,4 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 67,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 220,7 suma cukrów prostych [g] 65,3 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,3
2025-05-06 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa ser żółty sałata pomidor herbata czarna kasza manna na mleku		zacierkowa udko kurczaka duszone ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 978,7 Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Węglowodany ogółem [g] 273,1 suma cukrów prostych [g] 47,3 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,8

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-06 wtorek	Łatwostrawna (II)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa dżem sałata pomidor herbata czarna kasza manna na mleku		zacierkowa udko kurczaka duszone sos własny ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 940,1 Białko ogółem [g] 80,9 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 259,9 suma cukrów prostych [g] 68,2 Sól [g] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,9
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (III)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa dżem sałata pomidor herbata czarna kasza manna na mleku		zacierkowa udko kurczaka duszone sos własny ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 940,1 Białko ogółem [g] 80,9 Tłuszcz [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 259,9 suma cukrów prostych [g] 68,2 Sól [g] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,9
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa sałata herbata czarna kasza manna na mleku		zacierkowa udko kurczaka gotowane sos własny ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 963,1 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Węglowodany ogółem [g] 264 suma cukrów prostych [g] 57,3 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa ser żółty sałata pomidor herbata czarna ziemniaczana	jabłko	zacierkowa udko kurczaka duszone sos własny ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 253,9 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 76,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 319,4 suma cukrów prostych [g] 59,4 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 46,2

2025-05-06 wtorek	Bogatobiałkowa	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa ser żółty jajko gotowane sałata pomidor herbata czarna kasza manna na mleku		zacierkowa udko kurczaka duszone sos własny ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ser biały kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 120,9 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 83,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 243,7 suma cukrów prostych [g] 53,4 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa ser żółty sałata pomidor herbata czarna kasza manna na mleku		zacierkowa udko kurczaka duszone ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kapusta pekińska herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 198,7 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Węglowodany ogółem [g] 305,2 suma cukrów prostych [g] 59,8 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa ser żółty sałata pomidor herbata czarna kasza manna na mleku		zacierkowa udko kurczaka duszone sos własny ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kapusta pekińska herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 178,5 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 81,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Węglowodany ogółem [g] 272,9 suma cukrów prostych [g] 63,7 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,9

2025-05-06 wtorek	Z ogra łatwo przysw węgl C3	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa ser żółty sałata pomidor herbata czarna ziemniaczana	jablko	zacierkowa udko kurczaka duszone sos własny ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 253,9 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 76,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 319,4 suma cukrów prostych [g] 59,4 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 46,2
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe Wędlina drobiowa ser żółty sałata pomidor herbata czarna kasza manna na mleku	jablko	zacierkowa udko kurczaka duszone ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot pieczywo mieszane masło śmietankowe Wędlina drobiowa		pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy kapusta pekińska herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt owocowy	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 697,8 Białko ogółem [g] 73,7 Tłuszcz [g] 59,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 229,2 suma cukrów prostych [g] 64,9 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe Wędlina drobiowa ser żółty sałata pomidor herbata czarna kasza manna na mleku	jablko	zacierkowa udko kurczaka duszone ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe Wędlina drobiowa	bułka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy kapusta pekińska herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt owocowy	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 671,2 Białko ogółem [g] 72,3 Tłuszcz [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 216,8 suma cukrów prostych [g] 68,2 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,7
2025-05-07 środa	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa jajko gotowane rzodkiew sałata herbata czarna ryż na mleku		grochowa befsztyk z cebulką ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser biały dżem herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 150,2 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 299,7 suma cukrów prostych [g] 57,8 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,7

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-07 środa	Łatwostrawna (II)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa jajko gotowane rzodkiew sałata herbata czarna ryż na mleku		grysikowa hache mięso-warzywne ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser biały dżem herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 006,8 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 274,7 suma cukrów prostych [g] 73,1 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (III)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa jajko gotowane rzodkiew sałata herbata czarna ryż na mleku		grysikowa hache mięso-warzywne ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser biały dżem herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 006,8 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 274,7 suma cukrów prostych [g] 73,1 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żół (IV)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa sałata herbata czarna ryż na mleku		grysikowa hache mięso-warzywne ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser biały dżem herbata czarna płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 092,9 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Węglowodany ogółem [g] 300,6 suma cukrów prostych [g] 84,1 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,5
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa jajko gotowane rzodkiew sałata herbata czarna ziemniaczana	wafle	grysikowa hache mięso-warzywne ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny parówka drobiowa	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser biały jablko parzone herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 482 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 74,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Węglowodany ogółem [g] 377,2 suma cukrów prostych [g] 66 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 57

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-07 środa	Bogatobiałkowa	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa jajko gotowane rzodkiew sałata herbata czarna ryż na mleku		grysikowa hache mięśno-warzywne ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser biały dżem herbata czarna płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] I] [kcal] 2 254,7 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 305 suma cukrów prostych [g] 86,2 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	Papkováta	herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym		kompot z /c ziemniaczana z dodatkiem białkowym		herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] I] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa jajko gotowane rzodkiew sałata herbata czarna ryż na mleku		grochowa befsztyk z cebulką ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser biały dżem herbata czarna płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] I] [kcal] 2 371,7 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 75,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 329,2 suma cukrów prostych [g] 70,3 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,4
	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa jajko gotowane rzodkiew sałata herbata czarna ryż na mleku		grysikowa hache mięśno-warzywne ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser biały dżem herbata czarna płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] I] [kcal] 2 254,7 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 305 suma cukrów prostych [g] 86,2 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,5

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-07 środa	Podstawowa P1 (IV -DZI)	bulka wroclawska masło śmietankowe wędlina wieprzowa jajko gotowane rzodkiew sałata herbata czarna ryż na mleku	wafle	grochowa befsztyk z cebulką ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	bulka wroclawska masło śmietankowe parówka drobiowa	bulka wroclawska masło śmietankowe ser biały dżem herbata czarna płatki owsiane na mleku	jogurt owocowy	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 824,6 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 229 suma cukrów prostych [g] 61,8 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,5
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wroclawska masło śmietankowe wędlina wieprzowa jajko gotowane rzodkiew sałata herbata czarna ryż na mleku	wafle	grysikowa hache mięso-warzywne ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	bulka wroclawska masło śmietankowe parówka drobiowa	bulka wroclawska masło śmietankowe ser biały dżem herbata czarna płatki owsiane na mleku	jogurt owocowy	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 746,1 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 234,5 suma cukrów prostych [g] 74,1 Sól [g] 3,9 Błonnik pokarmowy [g] 22
2025-05-08 czwartek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa ser żółty sałata pomidor herbata czarna makaron na mleku		fasolowa z suchej fasoli kotlet schabowy ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa sałatka jarzynowa herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 277,2 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 80,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 305,9 suma cukrów prostych [g] 49,5 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,1
	Łatwostrawna (II)	bulka wroclawska mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa miód sałata pomidor herbata czarna makaron na mleku		krupnik schab gotowany sos własny ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bulka wroclawska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa sałatka jarzynowa herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 012,2 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 274 suma cukrów prostych [g] 50,1 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,3

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-08 czwartek

Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (III)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa miód sałata pomidor herbata czarna makaron na mleku		krupnik schab gotowany sos własny ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa sałatka jarzynowa herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 012,2 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 274 suma cukrów prostych [g] 50,1 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa sałata herbata czarna makaron na mleku		krupnik schab gotowany sos własny ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 909 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 54 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 275,2 suma cukrów prostych [g] 54,5 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa ser żółty sałata pomidor herbata czarna ziemniaczana	jabłko	krupnik schab gotowany sos własny ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa sałatka jarzynowa herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 369,7 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 82,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 322,2 suma cukrów prostych [g] 57,6 Sól [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 49,1
Bogatobiałkowa	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa miód sałata pomidor herbata czarna makaron na mleku		krupnik schab gotowany sos własny ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa sałatka jarzynowa herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 012,2 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 274 suma cukrów prostych [g] 50,1 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,3

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-08 czwartek	Papkováta	herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym		kompot z /c ziemniaczana z dodatkiem białkowym		herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa miód sałata pomidor herbata czarna makaron na mleku		fasolowa z suchej fasoli kotlet schabowy ziemniaki gotowane sałatka wiosenna kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa sałatka jarzynowa herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 469,4 Białko ogółem [g] 102,1 Tłuszcz [g] 78,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 356,7 suma cukrów prostych [g] 61,8 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,2
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa miód sałata pomidor herbata czarna makaron na mleku		krupnik schab gotowany sos własny ziemniaki gotowane sałata z olejem kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa sałatka jarzynowa herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 239 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Węglowodany ogółem [g] 301 suma cukrów prostych [g] 59,6 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
	Z ogra łatwo przysw węgl C3	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa ser żółty sałata pomidor herbata czarna ziemniaczana	jabłko	krupnik schab gotowany sos własny ziemniaki gotowane sałata z olejem kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa sałatka jarzynowa herbata czarna ziemniaczana	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 486,2 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 82,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 348,8 suma cukrów prostych [g] 58,7 Sól [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 51

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-08 czwartek	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe wędlina wieprzowa ser żółty sałata pomidor herbata czarna makaron na mleku	jablko	fasolowa z suchej fasoli kotlet schabowy ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe wędlina wieprzowa	pieczywo mieszane masło śmietankowe Wędlina drobiowa sałatka jarzynowa herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt owocowy	Wartość energetyczna[kcal] 2 003,6 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 75,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 252,1 suma cukrów prostych [g] 62,4 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe wędlina wieprzowa miód sałata pomidor herbata czarna makaron na mleku	jablko	krupnik schab gotowany sos własny ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe Wędlina drobiowa	bułka wrocławska masło śmietankowe Wędlina drobiowa sałatka jarzynowa herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt owocowy	Wartość energetyczna[kcal] 1 703,6 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 53,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 235,9 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,4
2025-05-09 piątek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba smażona ziemniaki gotowane sos grecki kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser biały rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 105,9 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 289,8 suma cukrów prostych [g] 48,4 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba gotowana ziemniaki gotowane sos warzywny kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser biały rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 859,7 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 60,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 Węglowodany ogółem [g] 250,1 suma cukrów prostych [g] 47 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,9

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-09 piątek	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (III)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba gotowana ziemniaki gotowane sos warzywny kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser biały rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 859,7 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 60,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 Węglowodany ogółem [g] 250,1 suma cukrów prostych [g] 47 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żołą (IV)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba gotowana ziemniaki gotowane sos warzywny kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser biały rzodkiew herbata czarna zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 094,2 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 67,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 280,7 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna ziemniaczana	chrupki kukurydziane	ryżanka ryba gotowana ziemniaki gotowane sos warzywny kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser biały rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 251,1 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 320,8 suma cukrów prostych [g] 40,9 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 46,1
	Papkováta	herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym		kompot z /c ziemniaczana z dodatkiem białkowym		herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-09 piątek	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba smażona ziemniaki gotowane sos grecki kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser biały rzodkiew herbata czarna zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 340,4 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 320,4 suma cukrów prostych [g] 60,8 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,7
	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba gotowana ziemniaki gotowane sos warzywny kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser biały rzodkiew herbata czarna zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 094,2 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 67,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 280,7 suma cukrów prostych [g] 59,3 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
	Z ogra łatwo przysw C3	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna ziemniaczana	chrupki kukurydziane	ryżanka ryba gotowana ziemniaki gotowane sos warzywny kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser biały rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 251,1 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 320,8 suma cukrów prostych [g] 40,9 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 46,1
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna płatki owsiane na mleku	chrupki kukurydziane	ryżanka ryba smażona ziemniaki gotowane sos grecki kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser topiony	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser biały rzodkiew herbata czarna zacierki na mleku	jogurt owocowy	Wartość energetyczna[kcal] 1 858,8 Białko ogółem [g] 77,5 Tłuszcz [g] 76 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 228,4 suma cukrów prostych [g] 48,1 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 23,9

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-09 piątek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	masło śmietankowe pasta z jajek sałata pomidor herbata czarna płatki owsiane na mleku bułka wrocławska	chrupki kukurydziane	ryżanka ryba gotowana ziemniaki gotowane sos warzywny kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe ser topiony	bułka wrocławska masło śmietankowe ser biały rzodkiew herbata czarna zacierki na mleku	jogurt owocowy	Wartość energetyczna[kcal] 1 712,4 Białko ogółem [g] 82,8 Tłuszcz [g] 65,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Węglowodany ogółem [g] 208 suma cukrów prostych [g] 49,3 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,1
	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa sałata herbata czarna kasza manna na mleku		barszcz czerwony klopsiki sos własny kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi, ogórka i cebuli kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 061,2 Białko ogółem [g] 79,7 Tłuszcz [g] 55,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 Węglowodany ogółem [g] 328,2 suma cukrów prostych [g] 52,4 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,5
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa sałata herbata czarna kasza manna na mleku		barszcz czerwony klopsiki sos własny kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 984,6 Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 60,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 298 suma cukrów prostych [g] 52,5 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 28
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (III)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa sałata herbata czarna kasza manna na mleku		barszcz czerwony klopsiki sos własny kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 984,6 Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 60,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 298 suma cukrów prostych [g] 52,5 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 28

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-10 sobota	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV)							bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa sałata herbata czarna kasza manna na mleku			barszcz czerwony klopsiki sos własny ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot			bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 923,4 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 287,3 suma cukrów prostych [g] 61,7 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)		wafle					chleb razowy mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa sałata herbata czarna ziemniaczana			barszcz czerwony klopsiki sos własny kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot			chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 347,7 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 65,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 375,9 suma cukrów prostych [g] 49,3 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 50,3
	Papkováta							herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym			kompot z /c ziemniaczana z dodatkiem białkowym			herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Podstawowa C1							pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa sałata herbata czarna kasza manna na mleku			barszcz czerwony klopsiki sos własny kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi, ogórka i cebuli kompot			pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 282,2 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 359,9 suma cukrów prostych [g] 64,7 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,2

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-10 sobota	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa sałata herbata czarna kasza manna na mleku		barszcz czerwony klopsiki sos własny kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 984,6 Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 60,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 298 suma cukrów prostych [g] 52,5 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 28
	Z ogra łatwo przysw C3	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa sałata herbata czarna ziemniaczana	wafle	barszcz czerwony klopsiki sos własny kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser biały	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 347,7 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 65,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 375,9 suma cukrów prostych [g] 49,3 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 50,3
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe wędlina wieprzowa sałata herbata czarna kasza manna na mleku	wafle	barszcz czerwony klopsiki sos własny kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi, ogórka i cebuli kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser biały	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna makaron na mleku	jogurt owocowy	Wartość energetyczna[kcal] 1 740,5 Białko ogółem [g] 73,9 Tłuszcz [g] 47,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 267,1 suma cukrów prostych [g] 56,1 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska masło śmietankowe wędlina wieprzowa sałata herbata czarna kasza manna na mleku	wafle	barszcz czerwony klopsiki sos własny kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot	bulka wrocławska masło śmietankowe ser biały	bulka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna makaron na mleku	jogurt owocowy	Wartość energetyczna[kcal] 1 658,4 Białko ogółem [g] 71,3 Tłuszcz [g] 50,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 241,4 suma cukrów prostych [g] 56,1 Sól [g] 3,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,2

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-11 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny parówka drobiowa pomidor herbata czarna ryż na mleku		zacierkowa kotlet z piersi indyka ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiewka herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 183 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 85,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Węglowodany ogółem [g] 286,7 suma cukrów prostych [g] 48,3 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 30
	Łatwostrawna (II)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny parówka drobiowa pomidor herbata czarna ryż na mleku		zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiewka herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 859 Białko ogółem [g] 80,6 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 244,1 suma cukrów prostych [g] 47,5 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,8
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (III)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny parówka drobiowa pomidor herbata czarna ryż na mleku		zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiewka herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 859 Białko ogółem [g] 80,6 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 244,1 suma cukrów prostych [g] 47,5 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,8
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żołą	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa sałata herbata czarna ryż na mleku		zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa herbata czarna płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 854 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 53 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 264,4 suma cukrów prostych [g] 56,4 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,8

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-11 niedziela	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	bulka wroclawska mix tłuszczowy roślinny parówka drobiowa pomidor herbata czarna ryż na mleku		zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wroclawska mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiewka herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 859 Białko ogółem [g] 80,6 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 244,1 suma cukrów prostych [g] 47,5 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,8
	Papkováta	herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym		kompot z /c ziemniaczana z dodatkiem białkowym		herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny parówka drobiowa pomidor herbata czarna ryż na mleku		zacierkowa kotlet z piersi indyka ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiewka herbata czarna płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 404,5 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 92,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Węglowodany ogółem [g] 316,3 suma cukrów prostych [g] 60,7 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	Łatwostrawna C2	bulka wroclawska mix tłuszczowy roślinny parówka drobiowa pomidor herbata czarna ryż na mleku		zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wroclawska mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiewka herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 859 Białko ogółem [g] 80,6 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 244,1 suma cukrów prostych [g] 47,5 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,8

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-11 niedziela	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe parówka drobiowa pomidor herbata czarna ryż na mleku	jablko	zacierkowa kotlet z piersi indyka ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe wędlina wieprzowa	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser topiony rzodkiewka herbata czarna płatki owsiane na mleku	jogurt owocowy	Wartość energetyczna[kcal] 1 925,2 Białko ogółem [g] 76 Tłuszcz [g] 78,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Węglowodany ogółem [g] 242,9 suma cukrów prostych [g] 64 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,5
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe parówka drobiowa pomidor herbata czarna ryż na mleku	jablko	zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe wędlina wieprzowa	bułka wrocławska masło śmietankowe ser topiony rzodkiewka herbata czarna płatki owsiane na mleku	jogurt owocowy	Wartość energetyczna[kcal] 1 626,7 Białko ogółem [g] 71,2 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 211,6 suma cukrów prostych [g] 65,3 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,6