

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                                           | 1                                                                                                                         | 2    | 3                                                                                                          | 4 | 5                                                                                                       | 6                | 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------|-----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                         |                                                           | Śniadanie                                                                                                                 | II Ś | Obiad                                                                                                      | P | Kolacja                                                                                                 | Pn               | SUMA                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 2025-05-26 poniedziałek | Podstawowa (I)                                            | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>ciasto drożdżowe<br>miód<br>kakao<br>jabłko<br>makaron na mleku           |      | szczawiowa z jajkiem<br>kotlet z piersi indyka<br>Ziemniaki gotowane<br>surówka z białej kapusty<br>kompot |   | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>szynka bankietowa<br>kapusta pekińska<br>herbata czarna | jogurt naturalny | <b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 355,1<br><b>Białko</b> ogółem [g] 91,9<br><b>Tłuszcz</b> [g] 71,9<br><b>Kwasy tłuszczowe</b> nasycone ogółem [g] 26,6<br><b>Węglowodany</b> ogółem [g] 352,3<br>suma cukrów prostych [g] 78,5<br><b>Sól</b> [g] 5,8<br><b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 34,6 |
|                         | Łatwostrawna (II)                                         | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>ciasto drożdżowe<br>miód<br>kakao<br>jabłko<br>makaron na mleku            |      | grysikowa bitka z piersi indyka gotowana<br>Ziemniaki gotowane<br>surówka wielowarzywna z olejem<br>kompot |   | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>szynka bankietowa<br>kapusta pekińska<br>herbata czarna  | jogurt naturalny | <b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 865,3<br><b>Białko</b> ogółem [g] 83,4<br><b>Tłuszcz</b> [g] 48,3<br><b>Kwasy tłuszczowe</b> nasycone ogółem [g] 15,1<br><b>Węglowodany</b> ogółem [g] 287,5<br>suma cukrów prostych [g] 76,9<br><b>Sól</b> [g] 4,3<br><b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 26,8 |
|                         | Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą. (IV) | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pieprzowa z indyka<br>herbata czarna<br>jabłko parzone<br>makaron na mleku |      | grysikowa bitka z piersi indyka gotowana<br>Ziemniaki gotowane<br>marchewka gotowana<br>kompot             |   | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>szynka bankietowa<br>herbata czarna<br>Zacierki na mleku | jogurt naturalny | <b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 1 781,7<br><b>Białko</b> ogółem [g] 93,1<br><b>Tłuszcz</b> [g] 45,3<br><b>Kwasy tłuszczowe</b> nasycone ogółem [g] 15,9<br><b>Węglowodany</b> ogółem [g] 263,1<br>suma cukrów prostych [g] 75,2<br><b>Sól</b> [g] 5,5<br><b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 25,1 |

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                                       |                                                                                                                        |       |                                                                                                                           |                                                         |                                                                                                                                 |                  |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-26 poniedziałek | Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA) | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>indyk z pasieki<br>ser żółty<br>jabłko<br>herbata czarna<br>ziemniaczana | wafle | grysikowa<br>bitka z piersi<br>indyka gotowana<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>surówka<br>wielowarzywna z<br>olejem<br>kompot | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>Ser biały | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>szynka bankietowa<br>kapusta pekińska<br>herbata czarna                           | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 180,8<br>Białko ogółem [g] 102,2<br>Tłuszcz [g] 55,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4<br>Węglowodany ogółem [g] 343<br>suma cukrów prostych [g] 53,2<br>Sól [g] 7,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 50,7  |
|                         | 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[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>ciasto drożdżowe<br>miód<br>kakao<br>jabłko<br>makaron na mleku     |       | szczawiowa z jajkiem<br>kotlet z piersi indyka<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>surówka z białej kapusty<br>kompot             |                                                         | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>szynka bankietowa<br>kapusta pekińska<br>herbata czarna<br>Zacierki na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 407,4<br>Białko ogółem [g] 95,2<br>Tłuszcz [g] 73,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4<br>Węglowodany ogółem [g] 357,9<br>suma cukrów prostych [g] 81<br>Sól [g] 5,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,7   |
|                         | Łatwostrawna C2                       | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ciasto drożdżowe<br>miód<br>kakao<br>jabłko<br>makaron na mleku      |       | grysikowa<br>bitka z piersi indyka gotowana<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>surówka<br>wielowarzywna z olejem<br>kompot       |                                                         | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>szynka bankietowa<br>kapusta pekińska<br>herbata czarna<br>Zacierki na mleku  | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 099,8<br>Białko ogółem [g] 96,4<br>Tłuszcz [g] 55,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6<br>Węglowodany ogółem [g] 318,1<br>suma cukrów prostych [g] 89,3<br>Sól [g] 4,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,4 |

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                         |                             |                                                                                                                                                     |  |                                                                                                                        |                                                           |                                                                                                                              |                  |                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-26 poniedziałek | Podstawowa P1 (IV -DZI)     | masło<br>śmietankowe<br>pieczywo<br>mieszane<br>miód<br>kakao<br>jabłko<br>makaron na mleku<br>budyń na mleku                                       |  | grysikowa<br>kotlet z piersi<br>indyka<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>surówka z białej<br>kapusty<br>kompot               | pieczywo<br>mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>Ser biały | pieczywo<br>mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>szynka bankietowa<br>kapusta pekińska<br>herbata czarna<br>Zacierki na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 178,2<br>Białko ogółem [g] 94,5<br>Tłuszcz [g] 64,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9<br>Węglowodany ogółem [g] 320,1<br>suma cukrów prostych [g] 91<br>Sól [g] 5,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,7   |
|                         | Łatwostrawna P2 (III - DZI) | masło<br>śmietankowe<br>bulka wrocławska<br>miód<br>kakao<br>jabłko<br>makaron na mleku<br>budyń na mleku                                           |  | grysikowa<br>bitka z piersi<br>indyka gotowana<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>surówka<br>wielowarzywna z olejem<br>kompot | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>Ser biały     | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>szynka bankietowa<br>kapusta pekińska<br>herbata czarna<br>Zacierki na mleku     | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 720,5<br>Białko ogółem [g] 84,7<br>Tłuszcz [g] 44<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5<br>Węglowodany ogółem [g] 257,3<br>suma cukrów prostych [g] 86,9<br>Sól [g] 3,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,5   |
| 2025-05-27 wtorek       | Podstawowa (I)              | pieczywo<br>mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>kielbasa<br>krakowska<br>ser żółty<br>sałata<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne na mleku |  | ogórkowa<br>Udko kurczaka<br>duszone<br>ryż na sypko<br>surówka z kapusty<br>pekińskiej<br>kompot                      |                                                           | pieczywo<br>mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ogonówka<br>pomidor                                                    | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 206,9<br>Białko ogółem [g] 97,2<br>Tłuszcz [g] 83<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29<br>Węglowodany ogółem [g] 280<br>suma cukrów prostych [g] 40,3<br>Sól [g] 7,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,8       |
|                         | Łatwostrawna (II)           | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>kielbasa<br>krakowska<br>ser topiony<br>sałata<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne na mleku   |  | ziemniaczana na soku<br>udko kurczaka<br>gotowane<br>ryż na sypko<br>surówka z kapusty<br>pekińskiej<br>kompot         |                                                           | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ogonówka<br>pomidor                                                        | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 878,2<br>Białko ogółem [g] 87,9<br>Tłuszcz [g] 78,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6<br>Węglowodany ogółem [g] 213,8<br>suma cukrów prostych [g] 39,6<br>Sól [g] 6,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 16,4 |

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                      |  |                                                                                                                                           |        |                                                                                                                            |                                                                  |                                                                                                         |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------|------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-27 wtorek | Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV) |  | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>indyk z pasieki<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne<br>na mleku<br>jablko parzone   |        | ziemniaczana na<br>soku<br>udko kurczaka<br>gotowane<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>marchewka<br>gotowana<br>kompot           |                                                                  | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ogonówka<br>Płatki owsiane na<br>mleku                | jogurt naturalny | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 1 816,4<br>Białko ogółem<br>[g] 91,7<br>Tłuszcz [g] 61,2<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g] 19,9<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 238,3<br>suma cukrów<br>prostych [g] 77,6<br>Sól [g] 5,4<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>27,2 |
|                   | Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)                |  | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>kielbasa<br>krakowska<br>ser żółty<br>sałata<br>herbata czarna<br>ziemniaczana              | jabłko | ziemniaczana na<br>soku<br>udko kurczaka<br>gotowane<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>surówka z kapusty<br>pekińskiej<br>kompot | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>pasztecik drobiowy | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ogonówka<br>pomidor                                       | jogurt naturalny | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 2 118,6<br>Białko ogółem<br>[g] 92<br>Tłuszcz [g] 73,8<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g] 21,8<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 293,8<br>suma cukrów<br>prostych [g] 49,9<br>Sól [g] 8,9<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>45,1   |
|                   | Papkováta                                            |  | ziemniaczana z<br>dodatkiem<br>białkowym<br>herbata czarna                                                                                |        | ziemniaczana z<br>dodatkiem<br>białkowym<br>kompot                                                                         |                                                                  | ziemniaczana z<br>dodatkiem<br>białkowym<br>herbata czarna                                              | jogurt naturalny | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 1 946,2<br>Białko ogółem<br>[g] 93,4<br>Tłuszcz [g] 74,9<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g] 15,6<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 238,3<br>suma cukrów<br>prostych [g] 43<br>Sól [g] 3,8<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>28,3   |
|                   | Podstawowa C1                                        |  | pieczywo<br>mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>kielbasa<br>krakowska<br>rukola<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne<br>na mleku |        | ogórkowa<br>Udło kurczaka<br>duszone<br>ryż na sypko<br>surówka z kapusty<br>pekińskiej<br>kompot                          |                                                                  | pieczywo<br>mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ogonówka<br>pomidor<br>Płatki owsiane na<br>mleku | jogurt naturalny | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 2 333,8<br>Białko ogółem<br>[g] 100,4<br>Tłuszcz [g] 83<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g] 28,2<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 309,8<br>suma cukrów<br>prostych [g] 52,8<br>Sól [g] 7,5<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>26,6  |

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                             |                                                                                                                                                                         |                |                                                                                                                         |                                                                    |                                                                                                                 |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-27 wtorek | Łatwostrawna C2             | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>kielbasa<br>krakowska<br>ser topiony<br>rukola<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne<br>na mleku                    |                | ziemniaczana na<br>soku<br>udko kurczaka<br>gotowane<br>ryż na sypko<br>surówka z kapusty<br>pekińskiej<br>kompot       |                                                                    | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ogonówka<br>pomidor<br>Płatki owsiane na<br>mleku             | jogurt naturalny | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 2 100,5<br>Białko ogółem<br>[g] 99,5<br>Tłuszcz [g] 85,1<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g] 30,9<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 243,5<br>suma cukrów<br>prostych [g] 52,1<br>Sól [g] 6,9<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>18,2 |
|                   | Podstawowa P1 (IV -DZI)     | pieczywo<br>mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>kielbasa<br>krakowska<br>ser żółty<br>rukola<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne<br>na mleku                        | jablko parzone | ogórkowa<br>Udko kurczaka<br>duszone<br>ryż na sypko<br>surówka z kapusty<br>pekińskiej<br>kompot                       | pieczywo<br>mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>pasztecik drobiowy | pieczywo<br>mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>ogonówka<br>pomidor<br>Płatki owsiane na<br>mleku               | jogurt naturalny | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 1 965,6<br>Białko ogółem<br>[g] 93,5<br>Tłuszcz [g] 79,3<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g] 33,9<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 230,9<br>suma cukrów<br>prostych [g] 51,9<br>Sól [g] 7,1<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>23,3 |
|                   | Łatwostrawna P2 (III - DZI) | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>kielbasa<br>krakowska<br>ser żółty<br>rukola<br>herbata czarna<br>płatki jęczmiennne<br>na mleku                            | jablko parzone | ziemniaczana na<br>soku<br>udko kurczaka<br>gotowane<br>ryż na sypko<br>surówka z kapusty<br>pekińskiej<br>kompot       | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>pasztecik drobiowy     | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>ogonówka<br>pomidor<br>Płatki owsiane na<br>mleku                   | jogurt naturalny | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 1 651,2<br>Białko ogółem<br>[g] 87,8<br>Tłuszcz [g] 67,9<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g] 28,5<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 180,8<br>suma cukrów<br>prostych [g] 50,9<br>Sól [g] 5,9<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>17   |
| 2025-05-28 środa  | Podstawowa (I)              | pieczywo<br>mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>jajko gotowane<br>pieprzowa z<br>indyka<br>ogórek kwaszony<br>sałata<br>kasza manna na<br>mleku<br>herbata czarna |                | fasolowa z suchej<br>fasoli<br>klopsiki<br>sos pomidorowy<br>kasza gryczana na<br>sypko<br>surówka z buraka i<br>cebuli |                                                                    | pieczywo<br>mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>szynka bankietowa<br>kapusta pekińska<br>jogurt naturalny |                  | Wartość<br>energetyczna[kca<br>l] [kcal] 2 159,8<br>Białko ogółem<br>[g] 101,4<br>Tłuszcz [g] 60,9<br>Kwasy<br>tłuszczowe<br>nasycone<br>ogółem [g] 17,1<br>Węglowodany<br>ogółem [g] 318,2<br>suma cukrów<br>prostych [g] 46<br>Sól [g] 7,4<br>Błonnik<br>pokarmowy [g]<br>33,6  |

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                                                      |                                                                                                                                                         |                      |                                                                                                                       |                                                   |                                                                                                       |                  |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-28 środa | Łatwostrawna (II)                                    | bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny<br>jajko gotowane<br>pieprzowa z indyka<br>ogórek kwaszony<br>sałata<br>kasza manna na mleku<br>herbata czarna |                      | barszcz biały I. pulpety w sosie własnym<br>sos pomidorowy<br>kasza jęczmienna na sypko<br>surówka z buraków i jabłka |                                                   | bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny<br>szynka bankietowa<br>kapusta pekińska<br>jogurt naturalny |                  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 885,9<br>Białko ogółem [g] 83,1<br>Tłuszcz [g] 61,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4<br>Węglowodany ogółem [g] 261,7<br>suma cukrów prostych [g] 55,1<br>Sól [g] 5,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,9 |
|                  | Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą. | bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny<br>pieprzowa z indyka<br>jabłko parzone<br>kasza manna na mleku<br>herbata czarna                              |                      | barszcz biały I. pulpety w sosie własnym<br>sos pomidorowy<br>Ziemniaki gotowane<br>buraki gotowane                   |                                                   | bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny<br>szynka bankietowa<br>ryż na mleku<br>jogurt naturalny     |                  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 877,7<br>Białko ogółem [g] 83,6<br>Tłuszcz [g] 56,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9<br>Węglowodany ogółem [g] 270,1<br>suma cukrów prostych [g] 78,6<br>Sól [g] 5,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,5 |
|                  | Z ogła łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)              | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny<br>jajko gotowane<br>pieprzowa z indyka<br>ogórek kwaszony<br>sałata<br>ziemniaczana<br>herbata czarna             | chrupki kukurydziane | barszcz biały I. pulpety w sosie własnym<br>sos pomidorowy<br>kasza jęczmienna na sypko<br>surówka z buraków i jabłka | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny<br>ser żółty | chleb razowy mix tłuszczowy roślinny<br>szynka bankietowa<br>kapusta pekińska<br>jogurt naturalny     |                  | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 174,6<br>Białko ogółem [g] 89,4<br>Tłuszcz [g] 64,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18<br>Węglowodany ogółem [g] 332,5<br>suma cukrów prostych [g] 42,1<br>Sól [g] 9<br>Błonnik pokarmowy [g] 46,9     |
|                  | 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 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                  |                             |                                                                                                                                                             |                      |                                                                                                                       |                                                             |                                                                                                                           |                  |                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-28 środa | Podstawowa C1               | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>jajko gotowane<br>pieprzowa z indyka<br>ogórek kwaszony<br>sałata<br>kasza manna na mleku<br>herbata czarna |                      | fasolowa z suchej fasoli<br>klopsiki<br>sos pomidorowy<br>kasza gryczana na sypko<br>surówka z buraka i cebuli        |                                                             | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>szynka bankietowa<br>kapusta pekińska<br>jogurt naturalny<br>ryż na mleku |                  | Wartość energetyczna[kcal] 2 373,3<br>Białko ogółem [g] 111,6<br>Tłuszcz [g] 66,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1<br>Węglowodany ogółem [g] 350,1<br>suma cukrów prostych [g] 58,3<br>Sól [g] 7,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 34,2 |
|                  | Łatwostrawna C2             | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>jajko gotowane<br>pieprzowa z indyka<br>ogórek kwaszony<br>sałata<br>kasza manna na mleku<br>herbata czarna  |                      | barszcz biały l. pulpety w sosie własnym<br>sos pomidorowy<br>kasza jęczmienna na sypko<br>surówka z buraków i jabłka |                                                             | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>szynka bankietowa<br>kapusta pekińska<br>jogurt naturalny<br>ryż na mleku  |                  | Wartość energetyczna[kcal] 2 099,4<br>Białko ogółem [g] 93,3<br>Tłuszcz [g] 66,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4<br>Węglowodany ogółem [g] 293,7<br>suma cukrów prostych [g] 67,4<br>Sól [g] 6,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,5  |
|                  | Podstawowa P1 (IV - DZI)    | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>jajko gotowane<br>pieprzowa z indyka<br>ogórek kwaszony<br>sałata<br>kasza manna na mleku<br>herbata czarna    | chrupki kukurydziane | fasolowa z suchej fasoli<br>klopsiki<br>sos pomidorowy<br>kasza gryczana na sypko<br>surówka z buraka i cebuli        | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>ser żółty      | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>szynka bankietowa<br>kapusta pekińska<br>ryż na mleku                        | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 909,7<br>Białko ogółem [g] 96,3<br>Tłuszcz [g] 56,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5<br>Węglowodany ogółem [g] 267,6<br>suma cukrów prostych [g] 46,5<br>Sól [g] 6,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 28,8  |
|                  | Łatwostrawna P2 (III - DZI) | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>jajko gotowane<br>pieprzowa z indyka<br>ogórek kwaszony<br>sałata<br>kasza manna na mleku<br>herbata czarna     | chrupki kukurydziane | barszcz biały l. klopsiki<br>sos pomidorowy<br>kasza jęczmienna na sypko<br>surówka z buraków i jabłka                | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>indyk z pasieki | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>szynka bankietowa<br>kapusta pekińska<br>ryż na mleku                         | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 690,8<br>Białko ogółem [g] 83,9<br>Tłuszcz [g] 54,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1<br>Węglowodany ogółem [g] 225,7<br>suma cukrów prostych [g] 49,3<br>Sól [g] 5,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,4  |

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                |                                                                                                                                                    |       |                                                                                                                  |                                                             |                                                                                                                 |                  |                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-29 czwartek | Podstawowa (I)                                 | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pasta z sera białego i ryby<br>sałata<br>jabłko<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku       |       | pomidorowa z makaronem<br>karkówka duszona<br>surówka z marchwi, ogórka i cebuli<br>kompot<br>Ziemniaki gotowane |                                                             | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pasztecik drobiowy<br>pomidor<br>herbata czarna                 | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 108,9<br>Białko ogółem [g] 93,3<br>Tłuszcz [g] 72,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8<br>Węglowodany ogółem [g] 286,1<br>suma cukrów prostych [g] 65<br>Sól [g] 5,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,7   |
|                     | Łatwostrawna (II)                              | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pasta z sera białego i ryby<br>sałata<br>jabłko<br>kawa zbożowa na mleku<br>Płatki owsiane na mleku |       | pomidorowa z makaronem<br>Schab gotowany<br>surówka z marchwi i jabłka<br>Ziemniaki gotowane<br>kompot           |                                                             | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pasztecik drobiowy<br>pomidor<br>herbata czarna                  | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 749,2<br>Białko ogółem [g] 95,3<br>Tłuszcz [g] 53,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4<br>Węglowodany ogółem [g] 235,2<br>suma cukrów prostych [g] 73,2<br>Sól [g] 3,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,1 |
|                     | Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żół | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pieprzowa z indyka<br>jabłko parzone<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku                   |       | ziemniaczana<br>Schab gotowany<br>marchewka gotowana<br>Ziemniaki gotowane<br>kompot                             |                                                             | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>szynka bankietowa<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 798,5<br>Białko ogółem [g] 95,7<br>Tłuszcz [g] 49,5<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4<br>Węglowodany ogółem [g] 256,3<br>suma cukrów prostych [g] 75,8<br>Sól [g] 5,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,2 |
|                     | Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)          | chleb razowy<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pasta z sera białego i ryby<br>sałata<br>jabłko<br>herbata czarna<br>ziemniaczana                       | wafle | pomidorowa z makaronem<br>Schab gotowany<br>surówka z marchwi i jabłka<br>Ziemniaki gotowane<br>kompot           | chleb razowy<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Parówka drobiowa | chleb razowy<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pasztecik drobiowy<br>pomidor<br>herbata czarna                      | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 202<br>Białko ogółem [g] 99,1<br>Tłuszcz [g] 58,9<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17<br>Węglowodany ogółem [g] 343<br>suma cukrów prostych [g] 58,6<br>Sól [g] 7<br>Błonnik pokarmowy [g] 48,8         |

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                         |                                                                                                                                  |       |                                                                                                      |                                                      |                                                                                                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-29 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 pasta z sera białego i ryby sałata jabłko herbata czarna Płatki owsiane na mleku       |       | pomidorowa z makaronem karkówka duszona surówka z marchwi, ogórka i cebuli kompot Ziemniaki gotowane |                                                      | pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 303,4<br>Białko ogółem [g] 103,2<br>Tłuszcz [g] 78<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8<br>Węglowodany ogółem [g] 313,3<br>suma cukrów prostych [g] 77,4<br>Sól [g] 5,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,9   |
|                     | Łatwostrawna C2         | bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby sałata jabłko kawa zbożowa na mleku Płatki owsiane na mleku |       | pomidorowa z makaronem Schab gotowany surówka z marchwi i jabłka Ziemniaki gotowane kompot           |                                                      | bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku  | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 943,7<br>Białko ogółem [g] 105,2<br>Tłuszcz [g] 58,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4<br>Węglowodany ogółem [g] 262,5<br>suma cukrów prostych [g] 85,6<br>Sól [g] 4,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,3 |
|                     | Podstawowa P1 (IV -DZI) | pieczywo mieszane masło śmietankowe pasta z sera białego i ryby sałata jabłko herbata czarna Płatki owsiane na mleku             | wafle | pomidorowa z makaronem karkówka duszona surówka z marchwi, ogórka i cebuli kompot                    | pieczywo mieszane masło śmietankowe Parówka drobiowa | pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku       | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 774,7<br>Białko ogółem [g] 75,2<br>Tłuszcz [g] 64,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29<br>Węglowodany ogółem [g] 236,6<br>suma cukrów prostych [g] 64,6<br>Sól [g] 4,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,8    |

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                     |                                                      |                                                                                                                                             |       |                                                                                         |                                                              |                                                                                                                          |                  |                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-29 czwartek | Łatwostrawna P2 (III - DZI)                          | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>pasta z sera<br>białego i ryby<br>sałata<br>jabłko<br>herbata czarna<br>Płatki owsiane na mleku | wafle | pomidorowa z makaronem<br>Schab gotowany<br>surówka z marchwi i jabłka<br>kompot        | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>Parówka drobiowa | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>pasztecik drobiowy<br>pomidor<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 459,5<br>Białko ogółem [g] 69,6<br>Tłuszcz [g] 49,8<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4<br>Węglowodany ogółem [g] 194,8<br>suma cukrów prostych [g] 68,4<br>Sól [g] 3,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,5 |
|                     | Podstawowa (I)                                       | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pasta z jajek<br>sałata<br>ser topiony<br>pomidor<br>kasza manna na mleku                   |       | ryżanka<br>ryba smażona<br>Ziemniaki gotowane<br>sos grecki<br>kompot                   |                                                              | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Ser biały<br>dżem<br>jabłko<br>herbata czarna                            | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 329,4<br>Białko ogółem [g] 88,2<br>Tłuszcz [g] 85,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9<br>Węglowodany ogółem [g] 318<br>suma cukrów prostych [g] 77,9<br>Sól [g] 6,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,9   |
|                     | Łatwostrawna (II)                                    | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pasta z jajek<br>sałata<br>ser topiony<br>pomidor<br>kasza manna na mleku                    |       | ryżanka<br>ryba gotowana<br>Ziemniaki gotowane<br>surówka z kapusty kwaszonej<br>kompot |                                                              | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>Ser biały<br>dżem<br>jabłko<br>herbata czarna                             | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 893,1<br>Białko ogółem [g] 87,2<br>Tłuszcz [g] 67,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9<br>Węglowodany ogółem [g] 244,3<br>suma cukrów prostych [g] 73<br>Sól [g] 5,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,7   |
|                     | Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą. | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>pieprzowa z indyka<br>jabłko parzone<br>herbata czarna<br>kasza manna na mleku               |       | ryżanka<br>ryba gotowana<br>Ziemniaki gotowane<br>sos warzywny<br>kompot                |                                                              | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>szynka bankietowa<br>Kasza jęczmienna na mleku<br>herbata czarna          | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 896,8<br>Białko ogółem [g] 89,8<br>Tłuszcz [g] 57,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9<br>Węglowodany ogółem [g] 268,7<br>suma cukrów prostych [g] 74,9<br>Sól [g] 5,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 26,5 |

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                       |                                                                                                                              |              |                                                                                               |                                                         |                                                                                                                               |                  |                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-30 piątek | Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA) | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>pasta z jajek<br>sałata<br>ser topiony<br>pomidor<br>ziemniaczana              | wafle ryżowe | ryżanka<br>ryba gotowana<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>surówka z kapusty<br>kwaszonej<br>kompot | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ser żółty | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>Ser biały<br>jabłko<br>herbata czarna                                           | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 274,3<br>Białko ogółem [g] 95,4<br>Tłuszcz [g] 72,7<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8<br>Węglowodany ogółem [g] 332,2<br>suma cukrów prostych [g] 49,1<br>Sól [g] 8,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 46,3 |
|                   | 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] 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>ser topiony<br>pomidor<br>kasza manna na mleku |              | ryżanka<br>ryba smażona<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>sos grecki<br>kompot                      |                                                         | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>Ser biały<br>dżem<br>jabłko<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 384,1<br>Białko ogółem [g] 93<br>Tłuszcz [g] 86,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9<br>Węglowodany ogółem [g] 324,9<br>suma cukrów prostych [g] 82,6<br>Sól [g] 6,3<br>Błonnik pokarmowy [g] 31,9   |
|                   | Łatwostrawna C2                       | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>pasta z jajek<br>sałata<br>ser topiony<br>pomidor<br>kasza manna na mleku  |              | ryżanka<br>ryba gotowana<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>surówka z kapusty<br>kwaszonej<br>kompot |                                                         | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>Ser biały<br>dżem<br>jabłko<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna na mleku  | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 087,6<br>Białko ogółem [g] 97,1<br>Tłuszcz [g] 73,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9<br>Węglowodany ogółem [g] 271,5<br>suma cukrów prostych [g] 85,3<br>Sól [g] 5,7<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,9 |

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                             |                                                                                                                                                |              |                                                                                                         |                                                             |                                                                                                                         |                  |                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-30 piątek | Podstawowa P1 (IV -DZI)     | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>pasta z jajek<br>sałata<br>ser topiony<br>pomidor<br>kasza manna na mleku                         | wafle ryżowe | ryżanka<br>ryba smażona<br>Ziemniaki gotowane<br>sos grecki<br>kompot                                   | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>ser żółty      | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>Ser biały<br>dżem<br>jabłko<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 121,8<br>Białko ogółem [g] 83,9<br>Tłuszcz [g] 79,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4<br>Węglowodany ogółem [g] 282,9<br>suma cukrów prostych [g] 72,7<br>Sól [g] 6<br>Błonnik pokarmowy [g] 29     |
|                   | Łatwostrawna P2 (III - DZI) | bułka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>pasta z jajek<br>sałata<br>ser topiony<br>pomidor<br>kasza manna na mleku                          | wafle ryżowe | ryżanka<br>ryba gotowana<br>Ziemniaki gotowane<br>surówka z kapusty kwaszonej<br>kompot                 | bułka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>indyk z pasieki | bułka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>Ser biały<br>dżem<br>jabłko<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna na mleku  | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 732,9<br>Białko ogółem [g] 84,2<br>Tłuszcz [g] 60<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2<br>Węglowodany ogółem [g] 223,8<br>suma cukrów prostych [g] 66,4<br>Sól [g] 4,6<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,5   |
| 2025-05-31 sobota | Podstawowa (I)              | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>kielbasa<br>krakowska<br>kapusta pekińska<br>miód<br>Płatki owsiane na mleku<br>herbata czarna |              | jarzynowa<br>gulasz wieprzowy<br>makaron gotowany<br>surówka z buraka i cebuli<br>kompot                |                                                             | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy roślinny<br>ser topiony<br>pomidor<br>herbata czarna                                | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 281,5<br>Białko ogółem [g] 90,2<br>Tłuszcz [g] 77,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3<br>Węglowodany ogółem [g] 320,6<br>suma cukrów prostych [g] 50,2<br>Sól [g] 6,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,1 |
|                   | Łatwostrawna (II)           | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>kielbasa<br>krakowska<br>kapusta pekińska<br>miód<br>Płatki owsiane na mleku<br>herbata czarna  |              | jarzynowa I.<br>bitka wieprzowa<br>gotowana<br>makaron gotowany<br>surówka z buraków i jabłka<br>kompot |                                                             | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy roślinny<br>ser topiony<br>pomidor<br>herbata czarna                                 | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 026,8<br>Białko ogółem [g] 97,3<br>Tłuszcz [g] 70,4<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9<br>Węglowodany ogółem [g] 261,6<br>suma cukrów prostych [g] 51<br>Sól [g] 5,2<br>Błonnik pokarmowy [g] 21,3   |

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                   |                                                      |  |                                                                                                                                           |                      |                                                                                                              |                                                               |                                                                                                                 |                  |                                                                                                                                                                                                                                            |
|-------------------|------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-31 sobota | Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV) |  | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>kielbasa<br>krakowska<br>jablko parzone<br>Płatki owsiane na mleku<br>herbata czarna    |                      | jarzynowa I.<br>bitka wieprzowa<br>gotowana<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>buraki gotowane<br>kompot            |                                                               | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>pieprzowa z indyka<br>herbata czarna<br>makaron na mleku      | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 1 913,2<br>Białko ogółem [g] 101,3<br>Tłuszcz [g] 61,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7<br>Węglowodany ogółem [g] 250,1<br>suma cukrów prostych [g] 76,3<br>Sól [g] 5,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 23 |
|                   | Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)                |  | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>kielbasa<br>krakowska<br>kapusta pekińska<br>ziemniaczana<br>herbata czarna                 | chrupki kukurydziane | jarzynowa I.<br>bitka wieprzowa<br>gotowana<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>surówka z buraków i jabłka<br>kompot | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>indyk z pasieki | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ser topiony<br>pomidor<br>herbata czarna                          | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 221,2<br>Białko ogółem [g] 100,1<br>Tłuszcz [g] 75,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25<br>Węglowodany ogółem [g] 309,1<br>suma cukrów prostych [g] 46<br>Sól [g] 8<br>Błonnik pokarmowy [g] 47,1     |
|                   | 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] 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>kielbasa<br>krakowska<br>kapusta pekińska<br>Płatki owsiane na mleku<br>herbata czarna |                      | jarzynowa<br>gulasz wieprzowy<br>makaron gotowany<br>surówka z buraka i cebuli<br>kompot                     |                                                               | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ser topiony<br>pomidor<br>herbata czarna<br>makaron na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] 2 422,7<br>Białko ogółem [g] 101,5<br>Tłuszcz [g] 83<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4<br>Węglowodany ogółem [g] 332,4<br>suma cukrów prostych [g] 62<br>Sól [g] 6,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,8   |

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                             |                                                                                                                                                  |                      |                                                                                                         |                                                              |                                                                                                                |                  |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-05-31 sobota    | Łatwostrawna C2             | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>kielbasa<br>krakowska<br>kapusta pekińska<br>miód<br>Płatki owsiane na mleku<br>herbata czarna |                      | jarzynowa I.<br>bitka wieprzowa<br>gotowana<br>makaron gotowany<br>surówka z buraków i jabłka<br>kompot |                                                              | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ser topiony<br>pomidor<br>herbata czarna<br>makaron na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 247,8<br>Białko ogółem [g] 108,8<br>Tłuszcz [g] 76<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29<br>Węglowodany ogółem [g] 293,3<br>suma cukrów prostych [g] 63,3<br>Sól [g] 5,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 22      |
|                      | Podstawowa P1 (IV -DZI)     | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>kielbasa<br>krakowska<br>kapusta pekińska<br>Płatki owsiane na mleku<br>herbata czarna              | chrupki kukurydziane | jarzynowa<br>gulasz wieprzowy<br>makaron gotowany<br>surówka z buraka i cebuli<br>kompot                | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>indyk z pasieki | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>ser topiony<br>pomidor<br>herbata czarna<br>makaron na mleku      | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 935,5<br>Białko ogółem [g] 85,8<br>Tłuszcz [g] 72,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3<br>Węglowodany ogółem [g] 248,3<br>suma cukrów prostych [g] 51,5<br>Sól [g] 5,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,7 |
|                      | Łatwostrawna P2 (III - DZI) | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>kielbasa<br>krakowska<br>kapusta pekińska<br>Płatki owsiane na mleku<br>herbata czarna               | chrupki kukurydziane | jarzynowa I.<br>bitka wieprzowa<br>gotowana<br>makaron gotowany<br>surówka z buraków i jabłka<br>kompot | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>indyk z pasieki  | bulka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>ser topiony<br>pomidor<br>herbata czarna<br>makaron na mleku       | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 720,7<br>Białko ogółem [g] 87,7<br>Tłuszcz [g] 66,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3<br>Węglowodany ogółem [g] 203,3<br>suma cukrów prostych [g] 52,6<br>Sól [g] 4,8<br>Błonnik pokarmowy [g] 19,9 |
| 2025-06-01 niedziela | Podstawowa (I)              | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ogonówka<br>rzodkiew<br>Ser biały<br>ryż na mleku<br>herbata czarna                           |                      | zacierkowa<br>kotlet z piersi indyka<br>Ziemniaki gotowane<br>surówka z białej kapusty<br>kompot        |                                                              | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>jajko gotowane<br>ogórek kwaszony<br>herbata czarna         | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 071,3<br>Białko ogółem [g] 95,9<br>Tłuszcz [g] 66,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2<br>Węglowodany ogółem [g] 286,9<br>suma cukrów prostych [g] 50,4<br>Sól [g] 6,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 29,3 |

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                                                      |                                                                                                                       |              |                                                                                                             |                                                                |                                                                                                                                       |                  |                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-06-01 niedziela | Łatwostrawna (II)                                    | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ogonówka<br>rzodkiew<br>Ser biały<br>ryż na mleku<br>herbata czarna |              | zacierkowa<br>bitka z piersi<br>indyka gotowana<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>marchewka<br>gotowana<br>kompot |                                                                | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>jajko gotowane<br>ogórek kwaszony<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna<br>na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 810,5<br>Białko ogółem [g] 105,1<br>Tłuszcz [g] 51,1<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6<br>Węglowodany ogółem [g] 244,9<br>suma cukrów prostych [g] 61,8<br>Sól [g] 5,1<br>Błonnik pokarmowy [g] 23,7 |
|                      | Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV) | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ogonówka<br>jablko parzone<br>ryż na mleku<br>herbata czarna        |              | zacierkowa<br>bitka z piersi<br>indyka gotowana<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>marchewka<br>gotowana<br>kompot |                                                                | bulka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>pieprzowa z indyka<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna<br>na mleku                | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 771,2<br>Białko ogółem [g] 93,6<br>Tłuszcz [g] 45,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9<br>Węglowodany ogółem [g] 260,6<br>suma cukrów prostych [g] 75,3<br>Sól [g] 5,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 25,6  |
|                      | Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)                | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ogonówka<br>rzodkiew<br>Ser biały<br>ziemniaczana<br>herbata czarna     | wafle ryżowe | zacierkowa<br>bitka z piersi<br>indyka gotowana<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>marchewka<br>gotowana<br>kompot | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>Parówka drobiowa | chleb razowy<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>jajko gotowane<br>ogórek kwaszony<br>herbata czarna                                     | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 118,8<br>Białko ogółem [g] 102,9<br>Tłuszcz [g] 56,2<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5<br>Węglowodany ogółem [g] 323,4<br>suma cukrów prostych [g] 40,5<br>Sól [g] 7,9<br>Błonnik pokarmowy [g] 46,7 |
|                      | 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[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    |

Jadłospisy z 21. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-26 do dnia 2025-06-01 KUCHNIA OGÓLNA

|                      |                             |                                                                                                                        |              |                                                                                                             |                                                               |                                                                                                                                        |                  |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2025-06-01 niedziela | Podstawowa C1               | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ogonówka<br>rzodkiew<br>Ser biały<br>ryż na mleku<br>herbata czarna |              | zacierkowa<br>kotlet z piersi<br>indyka<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>surówka z białej<br>kapusty<br>kompot   |                                                               | pieczywo mieszane<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>jajko gotowane<br>ogórek kwaszony<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna<br>na mleku | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal]<br>I] [kcal] 2 265,8<br>Białko ogółem [g] 105,8<br>Tłuszcz [g] 72<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3<br>Węglowodany ogółem [g] 314,1<br>suma cukrów prostych [g] 62,8<br>Sól [g] 6,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 30,6 |
|                      | Łatwostrawna C2             | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>ogonówka<br>rzodkiew<br>Ser biały<br>ryż na mleku<br>herbata czarna  |              | zacierkowa<br>bitka z piersi<br>indyka gotowana<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>marchewka<br>gotowana<br>kompot |                                                               | bułka wrocławska<br>mix tłuszczowy<br>roślinny<br>jajko gotowane<br>ogórek kwaszony<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna<br>na mleku  | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal]<br>I] [kcal] 1 973,7<br>Białko ogółem [g] 113,1<br>Tłuszcz [g] 55,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21<br>Węglowodany ogółem [g] 268,6<br>suma cukrów prostych [g] 71,6<br>Sól [g] 5,4<br>Błonnik pokarmowy [g] 24,5 |
|                      | Podstawowa P1 (IV -DZI)     | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>ogonówka<br>rzodkiew<br>Ser biały<br>ryż na mleku<br>herbata czarna       | wafle ryżowe | zacierkowa<br>kotlet z piersi<br>indyka<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>surówka z białej<br>kapusty<br>kompot   | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>Parówka drobiowa | pieczywo mieszane<br>masło<br>śmietankowe<br>jajko gotowane<br>ogórek kwaszony<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna<br>na mleku       | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal]<br>I] [kcal] 1 975,8<br>Białko ogółem [g] 89,5<br>Tłuszcz [g] 68,6<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7<br>Węglowodany ogółem [g] 264<br>suma cukrów prostych [g] 51,9<br>Sól [g] 5,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 27,2  |
|                      | Łatwostrawna P2 (III - DZI) | bułka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>ogonówka<br>rzodkiew<br>Ser biały<br>ryż na mleku<br>herbata czarna        | wafle ryżowe | zacierkowa<br>bitka z piersi<br>indyka gotowana<br>Ziemniaki<br>gotowane<br>marchewka<br>gotowana<br>kompot | bułka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>Parówka drobiowa  | bułka wrocławska<br>masło<br>śmietankowe<br>jajko gotowane<br>ogórek kwaszony<br>herbata czarna<br>Kasza jęczmienna<br>na mleku        | jogurt naturalny | Wartość energetyczna[kcal]<br>I] [kcal] 1 556,8<br>Białko ogółem [g] 85,3<br>Tłuszcz [g] 47,3<br>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9<br>Węglowodany ogółem [g] 209<br>suma cukrów prostych [g] 51,2<br>Sól [g] 4,5<br>Błonnik pokarmowy [g] 22,4  |