

Jadłospisy z 52. tygodnia, tj. od dnia 2025-12-29 do dnia 2025-12-31 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-12-29 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kielbasa szynkowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		ogórkowa kotlet mielony Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem sałata herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 051,9 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 285,3 suma cukrów prostych [g] 63,1 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kielbasa szynkowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		ziemniaczana na soku pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem sałata herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 757,7 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 Węglowodany ogółem [g] 223,5 suma cukrów prostych [g] 62 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,7
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą. (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa herbata czarna kasza manna na mleku		ziemniaczana na soku pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 874,9 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 64,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 242,2 suma cukrów prostych [g] 62,4 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,4

Jadłospisy z 52. tygodnia, tj. od dnia 2025-12-29 do dnia 2025-12-31 KUCHNIA OGÓLNA

2025-12-29 poniedziałek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kielbasa szynkowa pomidor sałata herbata czarna ziemniaczana	jablko	ziemniaczana na soku pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 165,1 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 320,3 suma cukrów prostych [g] 52,2 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 46,4
	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kielbasa szynkowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		ogórkowa kotlet mielony Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 271,9 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 317,4 suma cukrów prostych [g] 75,6 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy kielbasa szynkowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		ziemniaczana na soku pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 977,7 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 255,6 suma cukrów prostych [g] 74,5 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,1

Jadłospisy z 52. tygodnia, tj. od dnia 2025-12-29 do dnia 2025-12-31 KUCHNIA OGÓLNA

2025-12-29 poniedziałek	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy kielbasa szynkowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku	jabłko	ogórkowa kotlet mielony Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane szynka bankietowa	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały dżem sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 933,9 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 63,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 267,5 suma cukrów prostych [g] 74,3 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,5
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy kielbasa szynkowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku	jabłko	ziemniaczana na soku pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	bułka wrocławska szynka bankietowa	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały dżem sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 601,9 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Węglowodany ogółem [g] 213,3 suma cukrów prostych [g] 73,3 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 20
2025-12-30 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa musztarda Płatki owsiane na mleku herbata czarna		fasolowa z suchej fasoli bitka wieprzowa kasza gryczana na sypko surówka z czerwonej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 443,6 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 87,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Węglowodany ogółem [g] 336,6 suma cukrów prostych [g] 70 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 39
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew Płatki owsiane na mleku herbata czarna		koperkowa bitka wieprzowa gotowana kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 937,5 Białko ogółem [g] 74,1 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3 Węglowodany ogółem [g] 257,7 suma cukrów prostych [g] 68 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 28

Jadłospisy z 52. tygodnia, tj. od dnia 2025-12-29 do dnia 2025-12-31 KUCHNIA OGÓLNA

2025-12-30 wtorek	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV)		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka Płatki owsiane na mleku herbata czarna jablko parzone		koperkowa bitka wieprzowa gotowana Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa ryż na mleku herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 850,2 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 51,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 258,5 suma cukrów prostych [g] 80,4 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	wafle	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew ziemniaczana herbata czarna		koperkowa bitka wieprzowa gotowana kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 261,1 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 79,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Węglowodany ogółem [g] 328 suma cukrów prostych [g] 44,3 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 48,5
	Papkováta		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa Płatki owsiane na mleku herbata czarna		fasolowa z suchej fasoli bitka wieprzowa kasza gryczana na sypko surówka z czerwonej kapusty kompot		ryż na mleku pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 315,6 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 341 suma cukrów prostych [g] 70,9 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,5

Jadłospisy z 52. tygodnia, tj. od dnia 2025-12-29 do dnia 2025-12-31 KUCHNIA OGÓLNA

2025-12-30 wtorek	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew Płatki owsiane na mleku herbata czarna		koperkowa bitka wieprzowa gotowana kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 151 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Węglowodany ogółem [g] 289,7 suma cukrów prostych [g] 80,3 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe Parówka drobiowa Płatki owsiane na mleku herbata czarna	wafle	koperkowa bitka wieprzowa kasza gryczana na sypko surówka z czerwonej kapusty kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane	pieczywo mieszane masło śmietankowe marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 003,4 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 68,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 278,9 suma cukrów prostych [g] 70,1 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska masło śmietankowe Parówka drobiowa Płatki owsiane na mleku herbata czarna	wafle	koperkowa bitka wieprzowa gotowana kasza gryczana na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot	bulka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane	bulka wrocławska masło śmietankowe marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 749,9 Białko ogółem [g] 74,3 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 235,7 suma cukrów prostych [g] 74 Sól [g] 4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
2025-12-31 środa	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska miód pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku		zacierkowa Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 086,1 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 310 suma cukrów prostych [g] 53,4 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,6

Jadłospisy z 52. tygodnia, tj. od dnia 2025-12-29 do dnia 2025-12-31 KUCHNIA OGÓLNA

2025-12-31 środa	Łatwostrawna (II)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska miód pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku		zacierkowa Schab gotowany Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 756,2 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 235,1 suma cukrów prostych [g] 52,4 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,3
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą.	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jabłko parzone herbata czarna Płatki owsiane na mleku		zacierkowa Schab gotowany Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 936 Białko ogółem [g] 105,2 Tłuszcz [g] 57,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Węglowodany ogółem [g] 262 suma cukrów prostych [g] 79,8 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,7
	Z ogr. łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska pomidor sałata herbata czarna ziemniaczana	wafle ryżowe	zacierkowa Schab gotowany Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 155,8 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 62,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 323,4 suma cukrów prostych [g] 42 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,8
	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3

Jadłospisy z 52. tygodnia, tj. od dnia 2025-12-29 do dnia 2025-12-31 KUCHNIA OGÓLNA

2025-12-31 środa	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska miód pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku		zacierkowa Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 280,6 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 69,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 337,2 suma cukrów prostych [g] 65,8 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,9
	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska miód pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku		zacierkowa Schab gotowany Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 950,7 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 61,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Węglowodany ogółem [g] 262,3 suma cukrów prostych [g] 64,8 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe kielbasa krakowska pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku	wafle ryżowe	zacierkowa Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy ogórek kwaszony Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 899,7 Białko ogółem [g] 82,8 Tłuszcz [g] 63,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 261 suma cukrów prostych [g] 49,7 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska masło śmietankowe kielbasa krakowska pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku	wafle ryżowe	zacierkowa Schab gotowany Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	bulka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane	bulka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy ogórek kwaszony Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 639,8 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 55,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Węglowodany ogółem [g] 202,7 suma cukrów prostych [g] 49,1 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 17