

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-06-16 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane ser topiony ogórek kwaszony herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku		brokułowa kotlet mielony Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska pomidor	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,89 Wartość brutto [zł] 2,89 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 109,5 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 83,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 268,9 suma cukrów prostych [g] 44,2 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony jajko gotowane ogórek kwaszony herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku		brokułowa pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska pomidor	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,98 Wartość brutto [zł] 2,98 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 865,9 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 78,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Węglowodany ogółem [g] 210,5 suma cukrów prostych [g] 43,2 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
	Łatwostrawna z ogr subst pobudz wydzi soku żółą (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki jabłko parzone herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku		krupnik pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka Płatki owsiane na mleku herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,2 Wartość brutto [zł] 2,2 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 938,4 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Węglowodany ogółem [g] 266,6 suma cukrów prostych [g] 69,9 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 24

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-16 poniedziałek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony jajko gotowane ogórek kwaszony herbata czarna ziemniaczana	chrupki kukurydziane	brokułowa pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska pomidor	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,96 Wartość brutto [zł] 2,96 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 324,8 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 84,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Węglowodany ogółem [g] 314,3 suma cukrów prostych [g] 37,6 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 46,1
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 5,15 Wartość brutto [zł] 5,15 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 ser topiony jajko gotowane herbata czarna Płatki owsiane na mleku ogórek kwaszony		brokułowa kotlet mielony Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska pomidor	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,89 Wartość brutto [zł] 2,89 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 111 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 84,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 266,3 suma cukrów prostych [g] 44,2 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,2

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-16 poniedziałek	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony jajko gotowane herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku ogórek kwaszony		brokułowa pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska pomidor Płatki owsiane na mleku	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,98 Wartość brutto [zł] 2,98 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 087,4 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 85,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 Węglowodany ogółem [g] 240,1 suma cukrów prostych [g] 55,7 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,5
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane jablko parzone herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku ogórek kwaszony	chrupki kukurydziane	fasolowa z suchej fasoli kotlet mielony Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe szynka bankietowa	pieczywo mieszane masło śmietankowe kielbasa krakowska pomidor Płatki owsiane na mleku	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,86 Wartość brutto [zł] 2,86 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 091 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 282,9 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane ser topiony herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	chrupki kukurydziane	brokułowa pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	bulka wrocławska masło śmietankowe szynka bankietowa	bulka wrocławska masło śmietankowe kielbasa krakowska pomidor Płatki owsiane na mleku	herbata czarna jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,86 Wartość brutto [zł] 2,86 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 900,1 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Węglowodany ogółem [g] 206,6 suma cukrów prostych [g] 47,5 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,8

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-17 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa jajko gotowane pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		jarzynowa Udko kurczaka duszone ryż na sypko sałata ze śmietaną kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,42 Wartość brutto [zł] 2,42 Wartość energetyczna [kcal] l) [kcal] 2 168,9 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Węglowodany ogółem [g] 302,1 suma cukrów prostych [g] 56,3 Sól [g] 5,5 Łonnik pokarmowy [g] 22,9
	Łatwostrawna (II)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa jajko gotowane pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku		jarzynowa l. udko kurczaka gotowane ryż na sypko marchewka gotowana kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,34 Wartość brutto [zł] 2,34 Wartość energetyczna [kcal] l) [kcal] 1 900,7 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Węglowodany ogółem [g] 245,8 suma cukrów prostych [g] 61 Sól [g] 4,5 Łonnik pokarmowy [g] 19,2
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żół. (IV)	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa jablko parzone herbata czarna kasza manna na mleku		jarzynowa l. udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki makaron na mleku herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,69 Wartość brutto [zł] 1,69 Wartość energetyczna [kcal] l) [kcal] 1 885,4 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 239,4 suma cukrów prostych [g] 72,1 Sól [g] 4,8 Łonnik pokarmowy [g] 25,4

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-17 wtorek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor sałata herbata czarna ziemniaczana	wafle	jarzynowa l. udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser żółty	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały rzodkiewka herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,58 Wartość brutto [zł] 1,58 Wartość energetyczna [kcal] l] [kcal] 2 149,2 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Węglowodany ogółem [g] 299,4 suma cukrów prostych [g] 39,4 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 46,6
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 5,15 Wartość brutto [zł] 5,15 Wartość energetyczna [kcal] 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 szynka bankietowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku jajko gotowane		jarzynowa Udko kurczaka duszone ryż na sypko sałata ze śmietaną kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,42 Wartość brutto [zł] 2,42 Wartość energetyczna [kcal] l] [kcal] 2 389,9 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 333,8 suma cukrów prostych [g] 68,5 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,6

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-17 wtorek	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku jajko gotowane		jarzynowa I. udko kurczaka gotowane ryż na sypko marchewka gotowana kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,34 Wartość brutto [zł] 2,34 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 121,7 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 67,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Węglowodany ogółem [g] 277,5 suma cukrów prostych [g] 73,2 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,9
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe szynka bankietowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku jajko gotowane	budyń na mleku	jarzynowa Udko kurczaka duszone ryż na sypko marchewka gotowana kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser żółty	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały dżem herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,39 Wartość brutto [zł] 2,39 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 065,7 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 72,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Węglowodany ogółem [g] 267,4 suma cukrów prostych [g] 71,2 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska masło śmietankowe szynka bankietowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku jajko gotowane	budyń na mleku	jarzynowa I. Udko kurczaka duszone ryż na sypko marchewka gotowana kompot	bulka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane	bulka wrocławska masło śmietankowe Ser biały dżem herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 3,3 Wartość brutto [zł] 3,3 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 815,5 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Węglowodany ogółem [g] 217,4 suma cukrów prostych [g] 70,2 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 17,7

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-18 środa	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa pasta z zielonego groszku herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku pomidor		zacierkowa hache mięso-warzywne Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,97 Wartość brutto [zł] 1,97 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 241,1 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 82,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 295,8 suma cukrów prostych [g] 51,7 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,8
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa pasta z zielonego groszku herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku pomidor		zacierkowa hache mięso-warzywne Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,02 Wartość brutto [zł] 2,02 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 980,9 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 81,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 235,6 suma cukrów prostych [g] 57,9 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą.	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jabłko parzone herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku		zacierkowa hache mięso-warzywne Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka ryż na mleku herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,17 Wartość brutto [zł] 2,17 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 908,1 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Węglowodany ogółem [g] 266,4 suma cukrów prostych [g] 78,9 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,9

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-18 środa	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z zielonego groszku herbata czarna ziemniaczana	jabłko	zacierkowa hache mięсно-warzywne Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,03 Wartość brutto [zł] 2,03 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 315,6 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 78,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Węglowodany ogółem [g] 340,6 suma cukrów prostych [g] 58,1 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 58,4
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 5,15 Wartość brutto [zł] 5,15 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 kielbasa szynkowa pasta z zielonego groszku herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku pomidor		zacierkowa hache mięсно-warzywne Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew herbata czarna ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,97 Wartość brutto [zł] 1,97 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 343,9 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 80,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 321,8 suma cukrów prostych [g] 62,7 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,3

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-18 środa	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku kielbasa szynkowa pomidor		zacierkowa hache mięсно-warzywne Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiew herbata czarna ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,02 Wartość brutto [zł] 2,02 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 194,4 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 86,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Węglowodany ogółem [g] 267,6 suma cukrów prostych [g] 70,2 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 32
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasta z zielonego groszku herbata czarna pomidor płatki jęczmiennne na mleku kielbasa szynkowa	kisiel owocowy	zacierkowa hache mięсно-warzywne Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe indyk z pasieki	pieczywo mieszane masło śmietankowe Parówka drobiowa rzodkiew herbata czarna ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,83 Wartość brutto [zł] 1,83 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 999 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6 Węglowodany ogółem [g] 274,3 suma cukrów prostych [g] 67,4 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,3
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska masło śmietankowe pasta z zielonego groszku herbata czarna pomidor płatki jęczmiennne na mleku kielbasa szynkowa	kisiel owocowy	zacierkowa hache mięсно-warzywne Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	bulka wrocławska masło śmietankowe indyk z pasieki	bulka wrocławska masło śmietankowe Parówka drobiowa rzodkiew herbata czarna ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,9 Wartość brutto [zł] 1,9 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 808,9 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4 Węglowodany ogółem [g] 230,9 suma cukrów prostych [g] 73,8 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 27

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-19 czwartek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa Ser biały sałata pomidor kasza manna na mleku herbata czarna		barszcz czerwony l. bitka wieprzowa makaron z kapustą surówka z marchwi i chrzanu kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,53 Wartość brutto [zł] 1,53 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 100,7 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 61,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 307,7 suma cukrów prostych [g] 62,6 Sól [g] 6 Łonnik pokarmowy [g] 34,9
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa Ser biały sałata pomidor kasza manna na mleku herbata czarna		barszcz czerwony l. bitka wieprzowa gotowana makaron gotowany surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,46 Wartość brutto [zł] 1,46 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 760,7 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 47,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,7 Węglowodany ogółem [g] 245,6 suma cukrów prostych [g] 48,3 Sól [g] 4,3 Łonnik pokarmowy [g] 18,4
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żółą (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa jabłko parzone kasza manna na mleku herbata czarna		barszcz czerwony l. bitka wieprzowa gotowana Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka Płatki owsiane na mleku herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,89 Wartość brutto [zł] 1,89 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 845,5 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 50,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,9 Węglowodany ogółem [g] 267 suma cukrów prostych [g] 82,6 Sól [g] 5,6 Łonnik pokarmowy [g] 28,7

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-19 czwartek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa sałata pomidor ziemniaczana herbata czarna ser biały	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony l. bitka wieprzowa Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,75 Wartość brutto [zł] 1,75 Wartość energetyczna [kcal] l] [kcal] 2 110,8 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 70,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25 Węglowodany ogółem [g] 309,1 suma cukrów prostych [g] 44,1 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 45,7
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 5,15 Wartość brutto [zł] 5,15 Wartość energetyczna [kcal] 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 szynka bankietowa sałata pomidor kasza manna na mleku herbata czarna ser biały		barszcz czerwony l. bitka wieprzowa makaron z kapustą surówka z marchwi i chrzanu kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,53 Wartość brutto [zł] 1,53 Wartość energetyczna [kcal] l] [kcal] 2 259 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 66,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Węglowodany ogółem [g] 336 suma cukrów prostych [g] 74,2 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,7

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-19 czwartek	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa Ser biały sałata pomidor kasza manna na mleku herbata czarna		barszcz czerwony l. bitka wieprzowa gotowana makaron gotowany surówka z kapusty pekińskiej kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,46 Wartość brutto [zł] 1,46 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 982,2 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 54,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 275,1 suma cukrów prostych [g] 60,8 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,1
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe szynka bankietowa sałata pomidor kasza manna na mleku herbata czarna ser biały	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony l. bitka wieprzowa Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i chrzanu kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser topiony	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,68 Wartość brutto [zł] 1,68 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 860,4 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 63 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 252,6 suma cukrów prostych [g] 58 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska masło śmietankowe szynka bankietowa sałata pomidor kasza manna na mleku herbata czarna ser biały	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony l. bitka wieprzowa gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	bulka wrocławska masło śmietankowe ser topiony	bulka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,64 Wartość brutto [zł] 1,64 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 517,2 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 52,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 190,9 suma cukrów prostych [g] 51,1 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,6

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-20 piątek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane pasta z zielonego groszku sałata herbata czarna makaron na mleku		kalafiorowa ryba smażona Ziemniaki gotowane sos grecki kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały rzodkiewka	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,84 Wartość brutto [zł] 2,84 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 065,4 Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 72,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 284,4 suma cukrów prostych [g] 50,2 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,4
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane pasta z zielonego groszku sałata herbata czarna makaron na mleku		kalafiorowa ryba gotowana Ziemniaki gotowane sos warzywny kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały rzodkiewka	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,59 Wartość brutto [zł] 2,59 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 846,3 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 232,4 suma cukrów prostych [g] 51,6 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą.	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka herbata czarna makaron na mleku		koperkowa ryba gotowana Ziemniaki gotowane sos warzywny kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,59 Wartość brutto [zł] 1,59 Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 849 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 244 suma cukrów prostych [g] 55,5 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 22

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-20 piątek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane pasta z zielonego groшку sałata herbata czarna ziemniaczana	wafle	kalafiorowa ryba gotowana Ziemniaki gotowane sos warzywny kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser żółty	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały rzodkiewka	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,58 Wartość brutto [zł] 2,58 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 317,3 Białko ogółem [g] 110,3 Tłuszcz [g] 70,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Węglowodany ogółem [g] 336,4 suma cukrów prostych [g] 43,5 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 53,6
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 5,15 Wartość brutto [zł] 5,15 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 jajko gotowane pasta z zielonego groшку sałata herbata czarna makaron na mleku		kalafiorowa ryba smażona Ziemniaki gotowane sos grecki kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały rzodkiewka ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,84 Wartość brutto [zł] 2,84 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 278,9 Białko ogółem [g] 96,8 Tłuszcz [g] 77,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Węglowodany ogółem [g] 316,3 suma cukrów prostych [g] 62,5 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 36

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-20 piątek	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane pasta z zielonego groшку sałata herbata czarna makaron na mleku		kalafiorowa ryba gotowana Ziemniaki gotowane sos warzywny kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały rzodkiew jabłko parzone ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,79 Wartość brutto [zł] 2,79 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 159,8 Białko ogółem [g] 110,1 Tłuszcz [g] 70,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Węglowodany ogółem [g] 288,6 suma cukrów prostych [g] 83,3 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,9
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane sałata herbata czarna makaron na mleku	wafle	kalafiorowa ryba smażona Ziemniaki gotowane sos grecki kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser żółty	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały rzodkiewka ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,74 Wartość brutto [zł] 2,74 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 945,6 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 70,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 252,2 suma cukrów prostych [g] 49,6 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane sałata herbata czarna makaron na mleku	wafle	kalafiorowa ryba gotowana Ziemniaki gotowane sos warzywny kompot	bulka wrocławska masło śmietankowe ser żółty	bulka wrocławska masło śmietankowe Ser biały rzodkiewka ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,48 Wartość brutto [zł] 2,48 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 712,6 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 57,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 207,9 suma cukrów prostych [g] 47,6 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,5

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-21 sobota	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka rzodkiew sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku		krupnik kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane pomidor kompot ogórek kwaszony herbata czarna		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,95 Wartość brutto [zł] 1,95 Wartość energetyczna[kcal] 1 872 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 59 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 272,7 suma cukrów prostych [g] 42,1 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 26,6
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka rzodkiew sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku		krupnik bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane pomidor kompot herbata czarna		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,01 Wartość brutto [zł] 2,01 Wartość energetyczna[kcal] 1 620,6 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 41,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,6 Węglowodany ogółem [g] 230,3 suma cukrów prostych [g] 51,3 Sól [g] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,2
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą.	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka jabłko parzone herbata czarna Płatki owsiane na mleku		krupnik bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot herbata czarna		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,17 Wartość brutto [zł] 2,17 Wartość energetyczna[kcal] 1 787 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 253,4 suma cukrów prostych [g] 71,7 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,2

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-21 sobota	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ogonówka rzodkiew sałata herbata czarna ziemniaczana	wafle ryżowe	krupnik bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane pomidor kompot herbata czarna	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,64 Wartość brutto [zł] 1,64 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 897,2 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 40,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,1 Węglowodany ogółem [g] 321,4 suma cukrów prostych [g] 36,2 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 44,2
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 5,15 Wartość brutto [zł] 5,15 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 ogonówka rzodkiew sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku		krupnik kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane pomidor kompot herbata czarna		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy Zacierki na mleku ogórek kwaszony	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,31 Wartość brutto [zł] 2,31 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 160,4 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 70,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Węglowodany ogółem [g] 303,6 suma cukrów prostych [g] 52,3 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 27,3

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-21 sobota	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka rzodkiew sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku ser topiony		krupnik bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane pomidor kompot herbata czarna		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,05 Wartość brutto [zł] 2,05 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 861,3 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 54,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5 Węglowodany ogółem [g] 260,6 suma cukrów prostych [g] 52,3 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,3
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe ogonówka rzodkiew sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jablko	krupnik kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane pomidor kompot herbata czarna	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały	ogórek kwaszony pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 2,2 Wartość brutto [zł] 2,2 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 890,6 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 63,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Węglowodany ogółem [g] 255,9 suma cukrów prostych [g] 57,2 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska masło śmietankowe ogonówka rzodkiew sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jablko	krupnik bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane pomidor kompot herbata czarna	bulka wrocławska masło śmietankowe Ser biały	ogórek kwaszony bulka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,99 Wartość brutto [zł] 1,99 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 464,2 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 36,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 208,1 suma cukrów prostych [g] 61,4 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 18,7

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-22 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor ser biały płatki jęczmiennne na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem l. Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,69 Wartość brutto [zł] 1,69 Wartość energetyczna[kcal] 1 969,4 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 65,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 268,4 suma cukrów prostych [g] 43,3 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor ser biały płatki jęczmiennne na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem l. Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,42 Wartość brutto [zł] 1,42 Wartość energetyczna[kcal] 1 768,6 Białko ogółem [g] 111,1 Tłuszcz [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Węglowodany ogółem [g] 201,2 suma cukrów prostych [g] 45,5 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,3
	Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydzi. soku żołą. (IV)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa jabłko parzone płatki jęczmiennne na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem l. Schab gotowany Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki Płatki owsiane na mleku herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,82 Wartość brutto [zł] 1,82 Wartość energetyczna[kcal] 1 892,5 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Węglowodany ogółem [g] 253,6 suma cukrów prostych [g] 80,8 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,6

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-22 niedziela	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor ser biały ziemniaczana herbata czarna	jabłko	pomidorowa z ryżem l. Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,55 Wartość brutto [zł] 1,55 Wartość energetyczna [kcal] l) [kcal] 2 102,8 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 62 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 307,4 suma cukrów prostych [g] 51,3 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 46,2
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkim białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkim białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkim białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 5,15 Wartość brutto [zł] 5,15 Wartość energetyczna [kcal] 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 szynka bankietowa pomidor ser biały płatki jęczmiennne na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem l. Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska rzodkiew herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,69 Wartość brutto [zł] 1,69 Wartość energetyczna [kcal] l) [kcal] 2 190,9 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Węglowodany ogółem [g] 298 suma cukrów prostych [g] 55,7 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 29,9

Jadłospisy z 24. tygodnia, tj. od dnia 2025-06-16 do dnia 2025-06-22 KUCHNIA OGÓLNA

2025-06-22 niedziela	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa pomidor ser biały płatki jęczmiennne na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem l. Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska rzodkiew herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,42 Wartość brutto [zł] 1,42 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 900,6 Białko ogółem [g] 110,1 Tłuszcz [g] 66,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Węglowodany ogółem [g] 226,8 suma cukrów prostych [g] 56,9 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 22
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe szynka bankietowa pomidor ser biały płatki jęczmiennne na mleku herbata czarna	chrupki kukurydziane	pomidorowa z ryżem l. Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy	pieczywo mieszane masło śmietankowe kielbasa krakowska rzodkiew herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,55 Wartość brutto [zł] 1,55 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 799,7 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 61,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 237,4 suma cukrów prostych [g] 44,4 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,2
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska masło śmietankowe szynka bankietowa pomidor ser biały płatki jęczmiennne na mleku herbata czarna	chrupki kukurydziane	pomidorowa z ryżem l. Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	bulka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy	pieczywo mieszane masło śmietankowe kielbasa krakowska rzodkiew herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość netto [zł] 1,31 Wartość brutto [zł] 1,31 Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 560,1 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 52,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 192,9 suma cukrów prostych [g] 43,9 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,9