

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-04-21 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku herbata czarna z/c dżem		zacierkowa Udko kurczaka duszone surówka z białej kapusty Ziemniaki gotowane kompot z /c		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony ogórek kwaszony	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] 2 252,7 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 81,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Węglowodany ogółem [g] 299,5 suma cukrów prostych [g] 79,2 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku herbata czarna z/c dżem		zacierkowa Ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka udko kurczaka gotowane kompot z /c		mix tłuszczowy roślinny ser topiony ogórek kwaszony bułka wrocławska herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] 1 927,2 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 71,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Węglowodany ogółem [g] 243,4 suma cukrów prostych [g] 90,4 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,5
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki kasza manna na mleku herbata czarna z/c jabłko parzone		zacierkowa Ziemniaki gotowane udko kurczaka gotowane buraki gotowane kompot z /c		mix tłuszczowy roślinny bułka wrocławska herbata czarna z/c indyk z pasieki płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] 1 991,8 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 65,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 261,9 suma cukrów prostych [g] 91,2 Sól [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,7
	Z ogr. łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)	mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata chleb razowy ziemniaczana herbata czarna ser żółty	jabłko	zacierkowa Ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka udko kurczaka gotowane kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny kielbasa szynkowa	ziemniaczana mix tłuszczowy roślinny ser topiony ogórek kwaszony chleb razowy herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna [kcal] 2 691,1 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 87,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Węglowodany ogółem [g] 394,7 suma cukrów prostych [g] 72,6 Sól [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 56,6

2026-04-21 wtorek

Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku herbata czarna z/c		zacierkowa Udka kurczaka duszone surówka z białej kapusty Ziemniaki gotowane kompot z /c		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony ogórek kwaszony płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 411,1 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 87,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 316,3 suma cukrów prostych [g] 78,1 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku herbata czarna z/c		zacierkowa Ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka udka kurczaka gotowane kompot z /c		mix tłuszczowy roślinny ser topiony ogórek kwaszony bułka wrocławska herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 085,6 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 260,2 suma cukrów prostych [g] 89,3 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane indyk z pasieki pomidor sałata masło śmietankowe herbata czarna z/c kasza manna na mleku	jabłko	zacierkowa Udka kurczaka duszone surówka z białej kapusty Ziemniaki gotowane kompot z /c	ser topiony masło śmietankowe pieczywo mieszane	ser topiony ogórek kwaszony masło śmietankowe płatki jęczmiennne na mleku pieczywo mieszane	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 234,9 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 92,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3 Węglowodany ogółem [g] 266,2 suma cukrów prostych [g] 81,9 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,8

2026-04-21 wtorek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska indyk z pasieki pomidor sałata masło śmietankowe herbata czarna z/c kasza manna na mleku	jabłko	zacierkowa Ziemniaki gotowane udko kurczaka gotowane surówka z buraków i jabłka kompot z /c	masło śmietankowe bułka wrocławska kielbasa szynkowa	ser topiony ogórek kwaszony masło śmietankowe bułka wrocławska płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 837,8 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Węglowodany ogółem [g] 215,3 suma cukrów prostych [g] 83,7 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,5	
	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane kielbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna z/c		grochowa Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c befsztyk z cebulką		marmolada z jabłek b/c Ser biały pieczywo mieszane herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 235,9 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 324 suma cukrów prostych [g] 82,1 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,4	
	2026-04-22 środa	Łatwostrawna (II)	kielbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna z/c bułka wrocławska		Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c grysikowa hache mięśno-warzywne		marmolada z jabłek b/c Ser biały herbata czarna z/c bułka wrocławska	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 869,1 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 58,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 Węglowodany ogółem [g] 258,1 suma cukrów prostych [g] 88,9 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	kielbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c bułka wrocławska Płatki owsiane na mleku		grysikowa Ziemniaki gotowane hache mięśno-warzywne buraki gotowane kompot z /c		marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c bułka wrocławska ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 001,8 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 55,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 302,9 suma cukrów prostych [g] 115 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,5	

2026-04-22 środa	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy kielbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane rzodkiew sałata ziemniaczana herbata czarna ziemniaczana	wafle	Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot grysikowa hache mięśno-warzywne	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa	marmolada z jabłek b/c Ser biały herbata czarna z/c chleb razowy	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 497,6 Białko ogółem [g] 110,4 Tłuszcz [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Węglowodany ogółem [g] 399,4 suma cukrów prostych [g] 63,4 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 60,6
	Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane kielbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna z/c		grochowa Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c befsztyk z cebulką		marmolada z jabłek b/c Ser biały pieczywo mieszane herbata czarna z/c ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 449,4 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 355,9 suma cukrów prostych [g] 94,4 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 39
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska kielbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna z/c		Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c grysikowa hache mięśno-warzywne		marmolada z jabłek b/c Ser biały herbata czarna z/c bułka wrocławska ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 082,6 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Węglowodany ogółem [g] 290,1 suma cukrów prostych [g] 101,2 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 30,4

2026-04-22 środa	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane kielbasa krakowska masło śmietankowe jajko gotowane rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna z/c wafle	wafle	grochowa Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c befszyk z cebulką	pieczywo mieszane masło śmietankowe szynka bankietowa	marmolada z jabłek b/c Ser biały pieczywo mieszane herbata czarna z/c masło śmietankowe ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 287,8 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 69,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Węglowodany ogółem [g] 329 suma cukrów prostych [g] 85,1 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,7
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska kielbasa krakowska masło śmietankowe jajko gotowane rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna z/c wafle	wafle	grysikowa Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej hache mięso-warzywne kompot z /c	bułka wrocławska masło śmietankowe szynka bankietowa	marmolada z jabłek b/c Ser biały bułka wrocławska herbata czarna z/c masło śmietankowe ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 040,9 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 280,8 suma cukrów prostych [g] 92,4 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
2026-04-23 czwartek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata herbata czarna makaron na mleku		z zielonego groszku ryba smażona Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 112,1 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 289,2 suma cukrów prostych [g] 56,3 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,3
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata herbata czarna makaron na mleku		z zielonego groszku l. ryba gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jablko parzone	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 855,3 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 61,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 Węglowodany ogółem [g] 252,1 suma cukrów prostych [g] 79,5 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,4

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-04-21 do dnia 2026-04-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-23 czwartek	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka herbata czarna makaron na mleku		z zielonego groszku l. ryba gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jablko parzone ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 808,6 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 47,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 266,8 suma cukrów prostych [g] 80,5 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	wafle	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata herbata czarna ziemniaczana		z zielonego groszku l. ryba gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser żółty	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 162,5 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 63,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 325,9 suma cukrów prostych [g] 46 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 47,1
	Papkowata		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 jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata herbata czarna makaron na mleku		z zielonego groszku ryba smażona Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 325,6 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 80,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 321,2 suma cukrów prostych [g] 68,6 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,9

2026-04-23 czwartek	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata herbata czarna makaron na mleku		z zielonego groszku l. ryba gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jablko parzone ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 068,8 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Węglowodany ogółem [g] 284,1 suma cukrów prostych [g] 91,8 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane sałata herbata czarna makaron na mleku	wafle	z zielonego groszku ryba smażona Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser żółty	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały sałata ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 896,1 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 64,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 253,3 suma cukrów prostych [g] 49,5 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 24
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane sałata herbata czarna makaron na mleku	wafle	z zielonego groszku ryba gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe ser żółty	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały sałata ryż na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 581,5 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 49,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Węglowodany ogółem [g] 203,3 suma cukrów prostych [g] 48,8 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,2
2026-04-24 piątek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony jablko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku ryba smażona		ryżanka Ziemniaki gotowane kompot z /c sos grecki		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały dżem sałata	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 245,9 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Węglowodany ogółem [g] 329,6 suma cukrów prostych [g] 93,9 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 32

2026-04-24 piątek	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane kompot z /c sos grecki		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały dżem sałata	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 879,6 Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 264,5 suma cukrów prostych [g] 95,4 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki jabłko parzone herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane kompot z /c sos warzywny		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c ogonówka Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 898,5 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 56,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4 Węglowodany ogółem [g] 272,9 suma cukrów prostych [g] 88,3 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,9
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony jabłko herbata czarna ziemniaczana	chrupki kukurydziane	ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane kompot sos grecki	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny herbata czarna Ser biały pomidor sałata	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 295,7 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 70,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 353,2 suma cukrów prostych [g] 56,9 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 51,9
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4

2026-04-24 piątek	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku ryżanka ryba smażona Ziemniaki gotowane		kompot z /c sos grecki		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały dżem sałata Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 441,3 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 358,6 suma cukrów prostych [g] 106,3 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 32,5
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane kompot z /c sos grecki		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały dżem sałata Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 114,1 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 295,1 suma cukrów prostych [g] 107,8 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,7
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe sałata ser topiony jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku ryżanka ryba smażona Ziemniaki gotowane	chrupki kukurydziane	kompot z /c sos grecki	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane	pieczywo mieszane masło śmietankowe herbata czarna z/c Ser biały dżem sałata Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 269,6 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Węglowodany ogółem [g] 313 suma cukrów prostych [g] 100 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe sałata ser topiony jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane	chrupki kukurydziane	sos grecki kompot z /c	bułka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane	bułka wrocławska masło śmietankowe herbata czarna z/c Ser biały dżem sałata Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 891,8 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 258,5 suma cukrów prostych [g] 99,4 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 22

2026-04-25 sobota	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku	zacierkowa kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot z /c		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 108,3 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 67 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 307,4 suma cukrów prostych [g] 68 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku jabłko	zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 899,8 Białko ogółem [g] 86,4 Tłuszcz [g] 46,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,1 Węglowodany ogółem [g] 294,8 suma cukrów prostych [g] 100,8 Sól [g] 4,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,4
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka herbata czarna z/c kasza manna na mleku jabłko parzone	zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 962 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 50,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3 Węglowodany ogółem [g] 292,2 suma cukrów prostych [g] 99,1 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,7
	Z ogra łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna ziemniaczana jabłko	wafle	zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser żółty	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny

2026-04-25 sobota

Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku		zacierkowa kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot z /c		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 329,3 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 72,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Węglowodany ogółem [g] 339,1 suma cukrów prostych [g] 80,3 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku jabłko		zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c makaron na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 979,3 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 48,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 307,9 suma cukrów prostych [g] 103,4 Sól [g] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku	wafle	zacierkowa kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot z /c	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser żółty	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c	jogurt naturalny makaron na mleku	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 127 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 73,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Węglowodany ogółem [g] 287 suma cukrów prostych [g] 70,1 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,8

2026-04-25 sobota	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku	wafle	zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c	bułka wrocławska masło śmietankowe ser żółty	bułka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c	jogurt naturalny makaron na mleku	Wartość energetyczna[kcal] 1 764,2 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 47,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Węglowodany ogółem [g] 253,8 suma cukrów prostych [g] 79 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,6
	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku		barszcz czerwony klopsiki kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi, ogórka i cebuli kompot z /c		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 299 Białko ogółem [g] 78,2 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Węglowodany ogółem [g] 346,8 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 35
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku		barszcz czerwony pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 027 Białko ogółem [g] 70,4 Tłuszcz [g] 75,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 280 suma cukrów prostych [g] 74,2 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,8
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c ryż na mleku jablko parzone		barszcz czerwony pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 895,5 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19 Węglowodany ogółem [g] 280,6 suma cukrów prostych [g] 95,8 Sól [g] 3,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,5

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-04-21 do dnia 2026-04-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-26 niedziela

Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna ziemniaczana	jabłko	barszcz czerwony pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 366,8 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 81 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 358,2 suma cukrów prostych [g] 60,6 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 54,2
Papkováta	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku		barszcz czerwony klopsiki kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi, ogórka i cebuli kompot z /c		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 431,3 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 80,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 357,6 suma cukrów prostych [g] 87,5 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku		barszcz czerwony pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 248,5 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 82,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Węglowodany ogółem [g] 309,6 suma cukrów prostych [g] 86,6 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,6

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-04-21 do dnia 2026-04-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-26 niedziela	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku	jabłko	barszcz czerwony klopsiki kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi, ogórka i cebuli kompot z /c	pieczywo mieszane masło śmietankowe pieprzowa z indyka	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser topiony rzodkiew Płatki owsiane na mleku	Wartość energetyczna[kcal] 2 007,5 Białko ogółem [g] 73,2 Tłuszcz [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 291,8 suma cukrów prostych [g] 80,1 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,4
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku	jabłko	barszcz czerwony pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot z /c	bułka wrocławska masło śmietankowe pieprzowa z indyka	bułka wrocławska masło śmietankowe ser topiony rzodkiew Płatki owsiane na mleku	Wartość energetyczna[kcal] 1 805,5 Białko ogółem [g] 67,2 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 241,6 suma cukrów prostych [g] 79,5 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
2026-04-27 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z sera białego i ryby płatki jęczmienne na mleku	bitka wieprzowa ogórkowa marchew po mazursku surówka z białej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka bankietowa herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 112,2 Białko ogółem [g] 108,9 Tłuszcz [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 278,5 suma cukrów prostych [g] 61,8 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,1
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z sera białego i ryby płatki jęczmienne na mleku	bitka wieprzowa ogórkowa marchew po mazursku surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka bankietowa herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 770,1 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 71,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Węglowodany ogółem [g] 194,2 suma cukrów prostych [g] 50,5 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,1

2026-04-27 poniedziałek	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)		bitka wieprzowa ziemniaczana Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bulka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa herbata czarna kasza manna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 959,8 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 66,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Węglowodany ogółem [g] 255,3 suma cukrów prostych [g] 70,9 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
	Z ogra łatwo przysw. węgl. (CUKRZYCOWA)	chrupki kukurydziane	bitka wieprzowa ogórkowa marchew po mazursku surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka bankietowa herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 313,2 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 78,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 316,5 suma cukrów prostych [g] 44,7 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 45,1
	Papkowata		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot	ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 986,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 248,3 suma cukrów prostych [g] 53 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1		bitka wieprzowa ogórkowa marchew po mazursku surówka z białej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka bankietowa herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 306,7 Białko ogółem [g] 118,7 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 305,8 suma cukrów prostych [g] 74,2 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,3

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-04-21 do dnia 2026-04-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-27 poniedziałek	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z sera białego i ryby płatki jęczmiennne na mleku		bitka wieprzowa ogórkowa marchew po mazursku surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka bankietowa herbata czarna kasza manna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 984,6 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Węglowodany ogółem [g] 225,6 suma cukrów prostych [g] 62,8 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe sałata pasta z sera białego i ryby płatki jęczmiennne na mleku	chrupki kukurydziane	bitka wieprzowa ogórkowa marchew po mazursku surówka z białej kapusty kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe indyk z pasieki	pieczywo mieszane masło śmietankowe pomidor szynka bankietowa herbata czarna kasza manna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 895,8 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 65,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 234,7 suma cukrów prostych [g] 54,3 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe sałata pasta z sera białego i ryby płatki jęczmiennne na mleku	chrupki kukurydziane	bitka wieprzowa ziemniaczana marchew po mazursku surówka z kapusty pekińskiej kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe indyk z pasieki	bułka wrocławska masło śmietankowe pomidor szynka bankietowa herbata czarna kasza manna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 614,9 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Węglowodany ogółem [g] 169 suma cukrów prostych [g] 42,9 Sól [g] 3,7 Błonnik pokarmowy [g] 16,2
2026-04-28 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku jajko gotowane pomidor Płatki owsiane na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 184,6 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 85,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 278,3 suma cukrów prostych [g] 45,6 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 31,2

2026-04-28 wtorek	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego grozdku jajko gotowane pomidor sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		tomatowa z ryżem bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna ser topiony płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 938 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 243 suma cukrów prostych [g] 67,2 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka jabłko parzone Płatki owsiane na mleku herbata czarna		tomatowa z ryżem bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 812 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 256,4 suma cukrów prostych [g] 81,1 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego grozdku jajko gotowane pomidor sałata ziemniaczana herbata czarna	jabłko	tomatowa z ryżem bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna ser topiony	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 228 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 67,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Węglowodany ogółem [g] 341,3 suma cukrów prostych [g] 63,8 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 51,6
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 921,2 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 74,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 232,2 suma cukrów prostych [g] 38,1 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,3

2026-04-28 wtorek	Podstawowa C1	bulka wroclawska mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku jajko gotowane pomidor sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		tomatowa z ryżem bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna ser topiony płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 111,7 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Węglowodany ogółem [g] 278,8 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,9
	Łatwostrawna C2	bulka wroclawska mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku jajko gotowane pomidor sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		tomatowa z ryżem bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wroclawska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna ser topiony płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 971,6 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 245,4 suma cukrów prostych [g] 67,2 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasta z zielonego groszku jajko gotowane pomidor Płatki owsiane na mleku herbata czarna	jabłko	tomatowa z ryżem kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy	pieczywo mieszane masło śmietankowe pieprzowa z indyka sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 879,4 Białko ogółem [g] 78,4 Tłuszcz [g] 70,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 247,6 suma cukrów prostych [g] 58,4 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wroclawska masło śmietankowe pasta z zielonego groszku jajko gotowane pomidor Płatki owsiane na mleku herbata czarna	jabłko	tomatowa z ryżem bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	bulka wroclawska masło śmietankowe pasztecik drobiowy	pieczywo mieszane masło śmietankowe pieprzowa z indyka sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 531,4 Białko ogółem [g] 75,7 Tłuszcz [g] 45,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 216,1 suma cukrów prostych [g] 58,3 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,6

2026-04-29 środa	Podstawowa (I)		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa musztarda sałata herbata czarna makaron na mleku		barszcz biały klopsiki sos pomidorowy kasza gryczana na sypko surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały pomidor	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 204 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 311 suma cukrów prostych [g] 44,4 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Łatwostrawna (II)		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata herbata czarna makaron na mleku		barszcz biały pulpety w sosie własnym sos pomidorowy kasza jęczmienna na sypko surówka z kapusty kwaszonej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały pomidor	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 898,3 Białko ogółem [g] 77,3 Tłuszcz [g] 71,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 247,8 suma cukrów prostych [g] 42,2 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,1
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka herbata czarna makaron na mleku		krupnik pulpety w sosie własnym sos pomidorowy Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska kasza manna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 859 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 63,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 249,3 suma cukrów prostych [g] 57,7 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,2
	Z ogra łatwo przysw. węgl (CUKRZYCOWA)	wafle	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata herbata czarna ziemniaczana		barszcz biały l. pulpety w sosie własnym sos pomidorowy kasza jęczmienna na sypko surówka z kapusty kwaszonej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny kielbasa krakowska	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały pomidor	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 312,9 Białko ogółem [g] 82,7 Tłuszcz [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Węglowodany ogółem [g] 345,3 suma cukrów prostych [g] 36,5 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 46,9

2026-04-29 środa	Papkováta		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		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
	Podstawowa C1		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa musztarda sałata herbata czarna makaron na mleku		barszcz biały klopsiki sos pomidorowy kasza gryczana na sypko surówka z kapusty kwaszonej kompot	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 392,1 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 341,7 suma cukrów prostych [g] 56,1 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,9
	Łatwostrawna C2		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata herbata czarna makaron na mleku		barszcz biały pulpety w sosie własnym sos pomidorowy kasza jęczmienna na sypko surówka z kapusty kwaszonej kompot	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 112,8 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 76,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 279,2 suma cukrów prostych [g] 54,5 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,7
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	kisiel owocowy	pieczywo mieszane masło śmietankowe Parówka drobiowa musztarda sałata herbata czarna makaron na mleku	barszcz biały klopsiki sos pomidorowy kasza gryczana na sypko surówka z kapusty kwaszonej kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe kielbasa krakowska	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały pomidor kasza manna na mleku	jogurt naturalny

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-04-21 do dnia 2026-04-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-29 środa	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe Parówka drobiowa sałata herbata czarna makaron na mleku	kisiel owocowy	barszcz biały l. pulpety w sosie własnym sos pomidorowy kasza jęczmienna na sypko surówka z kapusty kwaszonej kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe kielbasa krakowska	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały pomidor kasza manna na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 746,5 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 216,1 suma cukrów prostych [g] 51,9 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 17,3
	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa ser żółty ogórek kwaszony sałata herbata czarna Zacierki na mleku		barszcz ukraiński wątróbka wieprzowa w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z majonezem kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 2 077,8 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 70,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 282,4 suma cukrów prostych [g] 55,1 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
2026-04-30 czwartek	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa ser topiony ogórek kwaszony sałata herbata czarna ryż na mleku		barszcz czerwony l. wątróbka wieprzowa w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 777,4 Białko ogółem [g] 77,3 Tłuszcz [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 214,7 suma cukrów prostych [g] 52,7 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,6
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa herbata czarna ryż na mleku		barszcz czerwony l. wątróbka wieprzowa w sosie własnym Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 923,7 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 245,6 suma cukrów prostych [g] 64,1 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,6

2026-04-30 czwartek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa ser żółty ogórek kwaszony sałata herbata czarna ziemniaczana	jabłko	barszcz czerwony l. wątróbka wieprzowa w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 224,7 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 71,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 330 suma cukrów prostych [g] 62,9 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 50,9
	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	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa ser topiony ogórek kwaszony sałata herbata czarna ryż na mleku		barszcz czerwony l. wątróbka wieprzowa w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 011,9 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 79,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 245,3 suma cukrów prostych [g] 65,1 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka bankietowa ser topiony ogórek kwaszony sałata herbata czarna ryż na mleku		barszcz czerwony l. wątróbka wieprzowa w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 011,9 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 79,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Węglowodany ogółem [g] 245,3 suma cukrów prostych [g] 65,1 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,1

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-04-21 do dnia 2026-04-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-04-30 czwartek	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe szynka bankietowa ser żółty ogórek kwaszony sałata herbata czarna Zacierki na mleku	jabłko	barszcz ukraiński wątróbka wieprzowa w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z majonezem kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 945,4 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 259,6 suma cukrów prostych [g] 70,7 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe szynka bankietowa ser topiony ogórek kwaszony sałata herbata czarna Zacierki na mleku	jabłko	barszcz czerwony l. wątróbka wieprzowa w sosie własnym Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały	bułka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	Wartość energetyczna[kcal] 1 889,6 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Węglowodany ogółem [g] 221,8 suma cukrów prostych [g] 73,8 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 22