Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-10-11 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***)		barszcz czerwony (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) klopsiki (***GLU, JAJ***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z marchwi, ogórka i cebuli (***JAJ, GOR***) kompot z /c		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) rzodkiew herbata czarna z/c	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 296,2** **Białko ogółem [g] 78** **Tłuszcz [g] 74,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1** **Węglowodany ogółem [g] 346,4** **suma cukrów prostych [g] 75,2** **Sól [g] 7** **Błonnik pokarmowy [g] 35,6**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***)		barszcz czerwony (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z marchwi i jabłka kompot z /c		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) rzodkiew herbata czarna z/c	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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 (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***) jablko parzone		barszcz czerwony (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot z /c		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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] 3,6** **Błonnik pokarmowy [g] 25,5**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***)	jabłko	barszcz czerwony (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z marchwi i jabłka kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-11 niedziela	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna z/c	jogurt naturalny (***MLE***)	**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 (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***)		barszcz czerwony (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) klopsiki (***GLU, JAJ***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z marchwi, ogórka i cebuli (***JAJ, GOR***) kompot z /c		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) rzodkiew herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 428,5** **Białko ogółem [g] 87,8** **Tłuszcz [g] 80,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1** **Węglowodany ogółem [g] 357,3** **suma cukrów prostych [g] 87,6** **Sól [g] 7,3** **Błonnik pokarmowy [g] 35,8**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***)		barszcz czerwony (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z marchwi i jabłka kompot z /c		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) rzodkiew herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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**
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***)	jabłko	barszcz czerwony (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) klopsiki (***GLU, JAJ***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z marchwi, ogórka i cebuli (***JAJ, GOR***) kompot z /c	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pieprzowa z indyka	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ser topiony (***MLE***) rzodkiew Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 005,4** **Białko ogółem [g] 73,1** **Tłuszcz [g] 68,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5** **Węglowodany ogółem [g] 291,5** **suma cukrów prostych [g] 80,3** **Sól [g] 6,8** **Błonnik pokarmowy [g] 33,7**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***)	jabłko	barszcz czerwony (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z marchwi i jabłka kompot z /c	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pieprzowa z indyka	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ser topiony (***MLE***) rzodkiew Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		**Wartość energetyczna[kcal] [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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-12 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z sera białego i ryby (***MLE***) płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)		bitka wieprzowa (***GLU***) ogórkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) marchew po mazursku surówka z białej kapusty (***JAJ, GOR***) kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka gotowana herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 109,5 Białko ogółem [g] 108,7 Tłuszcz [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Węglowodany ogółem [g] 278,1 suma cukrów prostych [g] 61,9 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,5**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z sera białego i ryby (***MLE***) płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)		bitka wieprzowa (***GLU***) ogórkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) marchew po mazursku surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka gotowana herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,1**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***) jablko parzone		bitka wieprzowa (***GLU***) ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana herbata czarna kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**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] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,1**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z sera białego i ryby (***MLE***) ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***)	chrupki kukurydziane	bitka wieprzowa (***GLU***) ogórkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) marchew po mazursku surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka gotowana herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 311,9 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 78,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 316,3 suma cukrów prostych [g] 44,8 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 45,4**
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna z/c	jogurt naturalny (***MLE***)	**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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-12 poniedziałek	Podstawowa C1	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z sera białego i ryby (***MLE***) płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)		bitka wieprzowa (***GLU***) ogórkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) marchew po mazursku surówka z białej kapusty (***JAJ, GOR***) kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka gotowana herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 304 Białko ogółem [g] 118,6 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Węglowodany ogółem [g] 305,4 suma cukrów prostych [g] 74,3 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,7**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z sera białego i ryby (***MLE***) płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)		bitka wieprzowa (***GLU***) ogórkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) marchew po mazursku surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka gotowana herbata czarna kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,7**
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) sałata pasta z sera białego i ryby (***MLE***) płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	chrupki kukurydziane	bitka wieprzowa (***GLU***) ogórkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) marchew po mazursku surówka z białej kapusty (***JAJ, GOR***) kompot	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) indyk z pasieki	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pomidor szynka gotowana herbata czarna kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 893,7 Białko ogółem [g] 106,5 Tłuszcz [g] 65,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Węglowodany ogółem [g] 234,4 suma cukrów prostych [g] 54,3 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 27**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) sałata pasta z sera białego i ryby (***MLE***) płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	chrupki kukurydziane	bitka wieprzowa (***GLU***) ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) marchew po mazursku surówka z kapusty pekińskiej kompot	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) indyk z pasieki	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pomidor szynka gotowana herbata czarna kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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**
2026-10-13 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku jajko gotowane (***JAJ***) pomidor Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) kotlet z piersi indyka (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 180,9 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 85,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 277,8 suma cukrów prostych [g] 45,7 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-13 wtorek	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku jajko gotowane (***JAJ***) pomidor sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) bitka z piersi indyka gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna ser topiony (***MLE***) płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 937,1** **Białko ogółem [g] 94,8** **Tłuszcz [g] 70,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1** **Węglowodany ogółem [g] 242,8** **suma cukrów prostych [g] 67,1** **Sól [g] 5,6** **Błonnik pokarmowy [g] 25,6**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-poopercyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka jabłko parzone Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) bitka z piersi indyka gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 811,1** **Białko ogółem [g] 92,7** **Tłuszcz [g] 51,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4** **Węglowodany ogółem [g] 256,2** **suma cukrów prostych [g] 81** **Sól [g] 5,2** **Błonnik pokarmowy [g] 23,4**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku jajko gotowane (***JAJ***) pomidor sałata ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna	jabłko	pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) bitka z piersi indyka gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna ser topiony (***MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 227,1** **Białko ogółem [g] 88,3** **Tłuszcz [g] 67,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6** **Węglowodany ogółem [g] 341,1** **suma cukrów prostych [g] 63,7** **Sól [g] 7,9** **Błonnik pokarmowy [g] 51,6**
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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**
	Podstawowa C1	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku jajko gotowane (***JAJ***) pomidor sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) bitka z piersi indyka gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna ser topiony (***MLE***) płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 109,5** **Białko ogółem [g] 104** **Tłuszcz [g] 71,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26** **Węglowodany ogółem [g] 278,4** **suma cukrów prostych [g] 67,7** **Sól [g] 6,5** **Błonnik pokarmowy [g] 30,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-13 wtorek	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku jajko gotowane (***JAJ***) pomidor sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) bitka z piersi indyka gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna ser topiony (***MLE***) płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 970,7 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 71,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Węglowodany ogółem [g] 245,2 suma cukrów prostych [g] 67,1 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,7**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasta z zielonego groszku jajko gotowane (***JAJ***) pomidor Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna	jabłko	pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) kotlet z piersi indyka (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasztecik drobiowy	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pieprzowa z indyka sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 876,4 Białko ogółem [g] 78,4 Tłuszcz [g] 70,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Węglowodany ogółem [g] 247,1 suma cukrów prostych [g] 58,5 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,5**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasta z zielonego groszku jajko gotowane (***JAJ***) pomidor Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna	jabłko	pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) bitka z piersi indyka gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasztecik drobiowy	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pieprzowa z indyka sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 529,7 Białko ogółem [g] 75,6 Tłuszcz [g] 45,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,8 Węglowodany ogółem [g] 215,8 suma cukrów prostych [g] 58,4 Sól [g] 3,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,7**
2026-10-14 środa	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa musztarda (***GOR***) sałata herbata czarna makaron na mleku (***GLU, MLE***)		barszcz biały (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) klopsiki (***GLU, JAJ***) sos pomidorowy (***GLU***) kasza gryczana na sypko surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) pomidor	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 201,4 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 72,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 310,6 suma cukrów prostych [g] 44,6 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,8**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata herbata czarna makaron na mleku (***GLU, MLE***)		barszcz biały (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***) sos pomidorowy (***GLU***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z kapusty kwaszonej kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) pomidor	jogurt naturalny (***MLE***)	**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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-14 środa	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka herbata czarna makaron na mleku (***GLU, MLE***)		krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***) sos pomidorowy (***GLU***) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**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] 5,4** **Błonnik pokarmowy [g] 23,2**
	Z ogr łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata herbata czarna ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***)	wafle	barszcz biały l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***) sos pomidorowy (***GLU***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z kapusty kwaszonej kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) pomidor	jogurt naturalny (***MLE***)	**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**
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**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 (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa musztarda (***GOR***) sałata herbata czarna makaron na mleku (***GLU, MLE***)		barszcz biały (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) klopsiki (***GLU, JAJ***) sos pomidorowy (***GLU***) kasza gryczana na sypko surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) pomidor kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 389,5** **Białko ogółem [g] 98** **Tłuszcz [g] 77,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9** **Węglowodany ogółem [g] 341,3** **suma cukrów prostych [g] 56,2** **Sól [g] 6,5** **Błonnik pokarmowy [g] 30,4**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata herbata czarna makaron na mleku (***GLU, MLE***)		barszcz biały (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***) sos pomidorowy (***GLU***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z kapusty kwaszonej kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) pomidor kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-14 środa	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Parówka drobiowa musztarda (***GOR***) sałata herbata czarna makaron na mleku (***GLU, MLE***)	kisiel owocowy	barszcz biały (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) klopsiki (***GLU, JAJ***) sos pomidorowy (***GLU***) kasza gryczana na sypko surówka z kapusty kwaszonej kompot	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) kiełbasa krakowska	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Ser biały (***MLE***) pomidor kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 981,9** **Białko ogółem [g] 85** **Tłuszcz [g] 70,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3** **Węglowodany ogółem [g] 264,2** **suma cukrów prostych [g] 53,5** **Sól [g] 6,1** **Błonnik pokarmowy [g] 23,9**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Parówka drobiowa sałata herbata czarna makaron na mleku (***GLU, MLE***)	kisiel owocowy	barszcz biały l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***) sos pomidorowy (***GLU***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z kapusty kwaszonej kompot	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) kiełbasa krakowska	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Ser biały (***MLE***) pomidor kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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**
2026-10-15 czwartek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana ser żółty (***MLE***) ogórek kwaszony sałata herbata czarna Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)		barszcz ukraiński (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z majonezem (***JAJ, SEL, GOR***) kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 075,1** **Białko ogółem [g] 93,9** **Tłuszcz [g] 70,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9** **Węglowodany ogółem [g] 282,1** **suma cukrów prostych [g] 55,2** **Sól [g] 6,1** **Błonnik pokarmowy [g] 32,1**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana ser topiony (***MLE***) ogórek kwaszony sałata herbata czarna ryż na mleku (***MLE***)		barszcz czerwony l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem (***SEL***) kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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** **Błonnik pokarmowy [g] 21,6**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana herbata czarna ryż na mleku (***MLE***)		barszcz czerwony l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (***GLU***) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka herbata czarna Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-15 czwartek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana ser żółty (***MLE***) ogórek kwaszony sałata herbata czarna ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***)	jabłko	barszcz czerwony l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem (***SEL***) kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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**
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**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	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana ser topiony (***MLE***) ogórek kwaszony sałata herbata czarna ryż na mleku (***MLE***)		barszcz czerwony l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem (***SEL***) kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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] 5,3** **Błonnik pokarmowy [g] 22,1**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana ser topiony (***MLE***) ogórek kwaszony sałata herbata czarna ryż na mleku (***MLE***)		barszcz czerwony l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem (***SEL***) kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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] 5,3** **Błonnik pokarmowy [g] 22,1**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) szynka gotowana ser żółty (***MLE***) ogórek kwaszony sałata herbata czarna Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jabłko	barszcz ukraiński (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z majonezem (***JAJ, SEL, GOR***) kompot	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Ser biały (***MLE***)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 943,4** **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] 30**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-15 czwartek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) szynka gotowana ser topiony (***MLE***) ogórek kwaszony sałata herbata czarna Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jabłko	barszcz czerwony l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem (***SEL***) kompot	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Ser biały (***MLE***)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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] 4,8** **Błonnik pokarmowy [g] 22**
2026-10-16 piątek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek (***JAJ, GOR***) sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) pomidor		jarzynowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) makaron z serem (***GLU, MLE***) jablko parzone kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) miód herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 175** **Białko ogółem [g] 91,7** **Tłuszcz [g] 66,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6** **Węglowodany ogółem [g] 316,9** **suma cukrów prostych [g] 64,8** **Sól [g] 5,6** **Błonnik pokarmowy [g] 26,7**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek (***JAJ, GOR***) sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) pomidor		jarzynowa l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) makaron z serem (***GLU, MLE***) jablko parzone kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) miód herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 882,9** **Białko ogółem [g] 84** **Tłuszcz [g] 64,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9** **Węglowodany ogółem [g] 250,4** **suma cukrów prostych [g] 63,5** **Sól [g] 4,1** **Błonnik pokarmowy [g] 17,8**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane kompot buraki gotowane		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 868,8** **Białko ogółem [g] 96,2** **Tłuszcz [g] 71,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7** **Węglowodany ogółem [g] 220,1** **suma cukrów prostych [g] 60,6** **Sól [g] 5,3** **Błonnik pokarmowy [g] 19,6**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek (***JAJ, GOR***) sałata pomidor herbata czarna ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***)	chrupki kukurydziane	jarzynowa l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) szynka gotowana herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 288,6** **Białko ogółem [g] 93,3** **Tłuszcz [g] 84,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5** **Węglowodany ogółem [g] 311,4** **suma cukrów prostych [g] 42,7** **Sól [g] 8,6** **Błonnik pokarmowy [g] 46,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-16 piątek	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**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 (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek (***JAJ, GOR***) sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) pomidor		jarzynowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) makaron z serem (***GLU, MLE***) jablko parzone kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) miód herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 369,5 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 71,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 344,1 suma cukrów prostych [g] 77,1 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,9**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek (***JAJ, GOR***) sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) pomidor		jarzynowa l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) makaron z serem (***GLU, MLE***) jablko parzone kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) miód herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 077,4 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 277,6 suma cukrów prostych [g] 75,9 Sól [g] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,1**
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasta z jajek (***JAJ, GOR***) sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) pomidor	chrupki kukurydziane	jarzynowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) makaron z serem (***GLU, MLE***) jablko parzone kompot	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Parówka drobiowa	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ser topiony (***MLE***) miód herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 088,1 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,5 Węglowodany ogółem [g] 294,8 suma cukrów prostych [g] 64,4 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,1**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasta z jajek (***JAJ, GOR***) sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) pomidor	chrupki kukurydziane	jarzynowa l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) makaron z serem (***GLU, MLE***) jablko parzone kompot	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Parówka drobiowa	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ser topiony (***MLE***) miód herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 918,3 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 66 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Węglowodany ogółem [g] 255 suma cukrów prostych [g] 63,8 Sól [g] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 17,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-17 sobota	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)		krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba smażona (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) jabłko herbata czarna dżem	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 123,1** **Białko ogółem [g] 88,4** **Tłuszcz [g] 65,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15** **Węglowodany ogółem [g] 309,4** **suma cukrów prostych [g] 71,8** **Sól [g] 6,5** **Błonnik pokarmowy [g] 31,1**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)		krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) jablko parzone herbata czarna dżem	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 790,3** **Białko ogółem [g] 92,3** **Tłuszcz [g] 47,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1** **Węglowodany ogółem [g] 260** **suma cukrów prostych [g] 79,7** **Sól [g] 4,9** **Błonnik pokarmowy [g] 23,2**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka herbata czarna kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)		krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa jablko parzone herbata czarna makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 952,9** **Białko ogółem [g] 98,9** **Tłuszcz [g] 57,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5** **Węglowodany ogółem [g] 273,7** **suma cukrów prostych [g] 75,5** **Sól [g] 5,5** **Błonnik pokarmowy [g] 26,7**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***)	wafle	krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) jablko parzone herbata czarna indyk z pasieki	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 144,7** **Białko ogółem [g] 102,2** **Tłuszcz [g] 57,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5** **Węglowodany ogółem [g] 326,3** **suma cukrów prostych [g] 42,6** **Sól [g] 8,2** **Błonnik pokarmowy [g] 45,8**
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-17 sobota	Podstawowa C1	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)		krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba smażona (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) jabłko herbata czarna dżem makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 344,1 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 71,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 341,1 suma cukrów prostych [g] 84,1 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,9**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)		krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) jablko parzone herbata czarna dżem makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 011,3 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 52,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Węglowodany ogółem [g] 291,7 suma cukrów prostych [g] 92 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,9**
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	wafle	krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba smażona (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) kiełbasa krakowska	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) jabłko herbata czarna dżem makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 123,8 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 69,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 Węglowodany ogółem [g] 300,2 suma cukrów prostych [g] 65,4 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 29**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ogonówka sałata herbata czarna kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	wafle	krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) kiełbasa krakowska	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Ser biały (***MLE***) jabłko herbata czarna dżem makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 598 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 46,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 222,2 suma cukrów prostych [g] 64,1 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,1**
2026-10-18 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa kapusta pekińska herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)		ogórkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) bitka wieprzowa (***GLU***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z buraka i cebuli kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 237,4 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 78,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 308,5 suma cukrów prostych [g] 56 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 35**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-18 niedziela	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa kapusta pekińska herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)		ziemniaczana na soku (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) bitka wieprzowa gotowana (***GLU***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z buraków i jabłka kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 727,3** **Białko ogółem [g] 72,8** **Tłuszcz [g] 58,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3** **Węglowodany ogółem [g] 241,3** **suma cukrów prostych [g] 57,6** **Sól [g] 4,8** **Błonnik pokarmowy [g] 26,5**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-poopercyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)		ziemniaczana na soku (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) bitka wieprzowa gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska herbata czarna ryż na mleku (***MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 869,2** **Białko ogółem [g] 89,4** **Tłuszcz [g] 69** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3** **Węglowodany ogółem [g] 232,3** **suma cukrów prostych [g] 62,7** **Sól [g] 6,1** **Błonnik pokarmowy [g] 19,6**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa kapusta pekińska herbata czarna ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***)	jabłko	ziemniaczana na soku (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) bitka wieprzowa gotowana (***GLU***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z buraków i jabłka kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 143,2** **Białko ogółem [g] 81,3** **Tłuszcz [g] 64,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9** **Węglowodany ogółem [g] 334,9** **suma cukrów prostych [g] 60,5** **Sól [g] 8,3** **Błonnik pokarmowy [g] 51,1**
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**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 (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa kapusta pekińska herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)		ogórkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) bitka wieprzowa (***GLU***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z buraka i cebuli kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy rzodkiew herbata czarna ryż na mleku (***MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 257,9** **Białko ogółem [g] 98,6** **Tłuszcz [g] 79** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29** **Węglowodany ogółem [g] 304,1** **suma cukrów prostych [g] 61,9** **Sól [g] 6,7** **Błonnik pokarmowy [g] 31,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-18 niedziela	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa kapusta pekińska herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)		ziemniaczana na soku (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) bitka wieprzowa gotowana (***GLU***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z buraków i jabłka kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy rzodkiew herbata czarna ryż na mleku (***MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 940,8 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 63,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Węglowodany ogółem [g] 273,2 suma cukrów prostych [g] 69,9 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,1**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) kiełbasa szynkowa kapusta pekińska herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jabłko jabłko	ogórkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) bitka wieprzowa (***GLU***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z buraka i cebuli kompot	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ser topiony (***MLE***)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasztecik drobiowy rzodkiew herbata czarna ryż na mleku (***MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 042,8 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 75,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Węglowodany ogółem [g] 274,8 suma cukrów prostych [g] 80,8 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,7**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) kiełbasa szynkowa kapusta pekińska herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jabłko jabłko	ziemniaczana na soku (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) bitka wieprzowa gotowana (***GLU***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z buraków i jabłka kompot	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ser topiony (***MLE***)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasztecik drobiowy rzodkiew herbata czarna ryż na mleku (***MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 740,4 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 64,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Węglowodany ogółem [g] 227,4 suma cukrów prostych [g] 81,9 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,5**
2026-10-19 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) Parówka drobiowa mix tłuszczowy roślinny sałata musztarda (***GOR***) jabłko herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		Kotlet schabowy (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane marchewka z groszkiem (***GLU***) kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa pomidor	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 073,8 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Węglowodany ogółem [g] 273,3 suma cukrów prostych [g] 60,2 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 29,7**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) Parówka drobiowa mix tłuszczowy roślinny sałata jabłko herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa pomidor	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 823,8 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 208,5 suma cukrów prostych [g] 64,2 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-19 poniedziałek	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) pieprzowa z indyka mix tłuszczowy roślinny jablko parzone herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 926,2** **Białko ogółem [g] 101,3** **Tłuszcz [g] 65,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7** **Węglowodany ogółem [g] 244,5** **suma cukrów prostych [g] 80,2** **Sól [g] 5** **Błonnik pokarmowy [g] 21,8**
	Z ogr.łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) Parówka drobiowa mix tłuszczowy roślinny sałata jabłko herbata czarna ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***)	chrupki kukurydziane	Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser żółty (***MLE***)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa pomidor	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 138** **Białko ogółem [g] 89,6** **Tłuszcz [g] 78,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3** **Węglowodany ogółem [g] 289,3** **suma cukrów prostych [g] 48,3** **Sól [g] 7,7** **Błonnik pokarmowy [g] 43,6**
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**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 (***GLU***) Parówka drobiowa mix tłuszczowy roślinny sałata musztarda (***GOR***) jabłko herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		Kotlet schabowy (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane marchewka z groszkiem (***GLU***) kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa pomidor Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 308,3** **Białko ogółem [g] 94,5** **Tłuszcz [g] 86,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4** **Węglowodany ogółem [g] 303,9** **suma cukrów prostych [g] 72,6** **Sól [g] 6,3** **Błonnik pokarmowy [g] 30,3**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) Parówka drobiowa mix tłuszczowy roślinny sałata jabłko herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa pomidor Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 069,1** **Białko ogółem [g] 103,1** **Tłuszcz [g] 82,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27** **Węglowodany ogółem [g] 240,7** **suma cukrów prostych [g] 77,6** **Sól [g] 4,9** **Błonnik pokarmowy [g] 22,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za 2. dekadę, tj. od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-20 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-19 poniedziałek	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) Parówka drobiowa masło śmietankowe (***MLE***) sałata jabłko herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)	kisiel owocowy	Kotlet schabowy (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane marchewka z groszkiem (***GLU***) kompot	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ser żółty (***MLE***)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) kiełbasa szynkowa pomidor Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 916,7 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 77,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Węglowodany ogółem [g] 233,2 suma cukrów prostych [g] 64,7 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 22**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) Parówka drobiowa masło śmietankowe (***MLE***) sałata jabłko herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)	kisiel owocowy	Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) indyk z pasieki	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) kiełbasa szynkowa pomidor Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 673 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 69,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28 Węglowodany ogółem [g] 179,2 suma cukrów prostych [g] 67,8 Sól [g] 3,9 Błonnik pokarmowy [g] 15,4**
2026-10-20 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jajko gotowane (***JAJ***) sałata pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***)		pieczarkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) gołąbki (***GLU, MLE***) sos pomidorowy (***GLU***) Ziemniaki gotowane kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 100,6 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 314,8 suma cukrów prostych [g] 58,5 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,8**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jajko gotowane (***JAJ***) sałata pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***)		z zielonego groszku l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) surówka z kapusty kwaszonej sos pomidorowy (***GLU***) risotto mięsno warzywne (***SEL***) kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 932,3 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 65,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Węglowodany ogółem [g] 252,4 suma cukrów prostych [g] 53,1 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,5**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jablko parzone herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***)		z zielonego groszku l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) buraki gotowane Ziemniaki gotowane kompot pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***)		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 936,6 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 54,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 Węglowodany ogółem [g] 280,8 suma cukrów prostych [g] 81,1 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-20 wtorek	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jajko gotowane (***JAJ***) sałata pomidor herbata czarna z/c ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***)	jabłko	z zielonego groszku l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) buraki gotowane Ziemniaki gotowane pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***) kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 239,6** **Białko ogółem [g] 102,2** **Tłuszcz [g] 59,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6** **Węglowodany ogółem [g] 347,8** **suma cukrów prostych [g] 62,7** **Sól [g] 8,4** **Błonnik pokarmowy [g] 50,4**
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**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 (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jajko gotowane (***JAJ***) sałata pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***)		pieczarkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) gołąbki (***GLU, MLE***) sos pomidorowy (***GLU***) Ziemniaki gotowane kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 295,1** **Białko ogółem [g] 100,6** **Tłuszcz [g] 66,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1** **Węglowodany ogółem [g] 342** **suma cukrów prostych [g] 70,8** **Sól [g] 6,5** **Błonnik pokarmowy [g] 36**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jajko gotowane (***JAJ***) sałata pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***)		z zielonego groszku l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) sos pomidorowy (***GLU***) risotto mięsno warzywne (***SEL***) surówka z kapusty kwaszonej kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 126,8** **Białko ogółem [g] 107,2** **Tłuszcz [g] 70,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3** **Węglowodany ogółem [g] 279,7** **suma cukrów prostych [g] 65,5** **Sól [g] 6,6** **Błonnik pokarmowy [g] 27,8**
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pieprzowa z indyka jajko gotowane (***JAJ***) sałata pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***)	jabłko	pieczarkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) gołąbki (***GLU, MLE***) sos pomidorowy (***GLU***) Ziemniaki gotowane kompot	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Ser biały (***MLE***)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) szynka gotowana kapusta pekińska herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 835,8** **Białko ogółem [g] 87,7** **Tłuszcz [g] 52,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1** **Węglowodany ogółem [g] 267,3** **suma cukrów prostych [g] 69,3** **Sól [g] 5,6** **Błonnik pokarmowy [g] 30,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-20 wtorek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pieprzowa z indyka jajko gotowane (***JAJ***) sałata pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***)	jabłko	z zielonego groszku l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) risotto mięsno warzywne (***SEL***) sos pomidorowy (***GLU***) surówka z kapusty kwaszonej kompot	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Ser biały (***MLE***)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) szynka gotowana kapusta pekińska herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 711,8** **Białko ogółem [g] 90,6** **Tłuszcz [g] 55,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9** **Węglowodany ogółem [g] 225** **suma cukrów prostych [g] 66,9** **Sól [g] 5,5** **Błonnik pokarmowy [g] 24,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

SPZOZ Mińsk Mazowieck
Szpitalna 37, 05-300, Mińsk Mazowiecki

Oznaczenia alergenów:

GLU – Zboża zawierające gluten,
SKR – Skorupiaki i pochodne,
JAJ – Jaja i pochodne,
RYB – Ryby i pochodne,
OZI – Orzechy ziemne i pochodne,
SOJ – Soja i pochodne,
MLE – Mleko i pochodne,
ORZ – Orzechy,
SEL – Seler i pochodne,
GOR – Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ – Nasiona sezamu i pochodne,
S02 – Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB – Łubin i produkty pochodne,
MCK – Mięczaki i pochodne,