Jadłospisy za 1. dekadę, tj. od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-10-01 czwartek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor sałata kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		pieczarkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) makaron z kapustą (***GLU***) bitka wieprzowa (***GLU***) surówka z pora i ogórka kwaszonego (***JAJ, GOR***) kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 096,2** **Białko ogółem [g] 85,1** **Tłuszcz [g] 62,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21** **Węglowodany ogółem [g] 315,1** **suma cukrów prostych [g] 49,7** **Sól [g] 6** **Błonnik pokarmowy [g] 30,9**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor sałata kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		z zielonego groszku (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) makaron gotowany (***GLU***) bitka wieprzowa gotowana (***GLU***) buraki gotowane kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 771,1** **Białko ogółem [g] 91,8** **Tłuszcz [g] 48,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,2** **Węglowodany ogółem [g] 252,6** **suma cukrów prostych [g] 49,3** **Sól [g] 4,4** **Błonnik pokarmowy [g] 19,8**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki jabłko parzone kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane bitka wieprzowa gotowana (***GLU***) buraki gotowane kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 886,8** **Białko ogółem [g] 104,1** **Tłuszcz [g] 55,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5** **Węglowodany ogółem [g] 253,4** **suma cukrów prostych [g] 75** **Sól [g] 4,6** **Błonnik pokarmowy [g] 21,9**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor sałata ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna	jabłko	z zielonego groszku (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane bitka wieprzowa gotowana (***GLU***) buraki gotowane kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 066,7** **Białko ogółem [g] 96,5** **Tłuszcz [g] 53,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5** **Węglowodany ogółem [g] 322,9** **suma cukrów prostych [g] 55,1** **Sól [g] 7,2** **Błonnik pokarmowy [g] 47,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-01 czwartek	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 pasztecik drobiowy pomidor sałata kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		pieczarkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) makaron z kapustą (***GLU***) bitka wieprzowa (***GLU***) surówka z pora i ogórka kwaszonego (***JAJ, GOR***) kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 290,7 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 67,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Węglowodany ogółem [g] 342,3 suma cukrów prostych [g] 62 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,2**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor sałata kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		z zielonego groszku (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) makaron gotowany (***GLU***) bitka wieprzowa gotowana (***GLU***) buraki gotowane kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 965,6 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Węglowodany ogółem [g] 279,8 suma cukrów prostych [g] 61,7 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 21**
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasztecik drobiowy pomidor sałata kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna	jabłko	pieczarkowa (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) makaron z kapustą (***GLU***) bitka wieprzowa (***GLU***) surówka z pora i ogórka kwaszonego (***JAJ, GOR***) kompot	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) indyk z pasieki	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pieprzowa z indyka sałata herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 832,5 Białko ogółem [g] 82,5 Tłuszcz [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Węglowodany ogółem [g] 261,7 suma cukrów prostych [g] 60,7 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,2**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasztecik drobiowy pomidor sałata kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna	jabłko	z zielonego groszku (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane bitka wieprzowa gotowana (***GLU***) buraki gotowane kompot	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) indyk z pasieki	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pieprzowa z indyka sałata herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 468,2 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 42,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Węglowodany ogółem [g] 200,4 suma cukrów prostych [g] 61,9 Sól [g] 3,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-02 piątek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (***JAJ***) sałatka jarzynowa (***JAJ, SEL, GOR***) sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		barszcz ukraiński (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) ryż z jabłkiem mleczko wanilinowe (***JAJ, MLE***) kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby (***MLE***) kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 311,3** **Białko ogółem [g] 80,6** **Tłuszcz [g] 65,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9** **Węglowodany ogółem [g] 367,8** **suma cukrów prostych [g] 117,9** **Sól [g] 5,3** **Błonnik pokarmowy [g] 36,2**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (***JAJ***) sałatka jarzynowa (***JAJ, SEL, GOR***) sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		barszcz czerwony I. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryż z jabłkiem mleczko wanilinowe (***JAJ, MLE***) kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby (***MLE***) kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 011,7** **Białko ogółem [g] 71,1** **Tłuszcz [g] 63,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2** **Węglowodany ogółem [g] 301** **suma cukrów prostych [g] 115,4** **Sól [g] 3,7** **Błonnik pokarmowy [g] 25,7**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jabłko parzone Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		barszcz czerwony I. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 865,6** **Białko ogółem [g] 93,5** **Tłuszcz [g] 60,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8** **Węglowodany ogółem [g] 250,5** **suma cukrów prostych [g] 77,6** **Sól [g] 4,9** **Błonnik pokarmowy [g] 27,5**
	Z ogr.łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (***JAJ***) sałatka jarzynowa (***JAJ, SEL, GOR***) sałata ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony I. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser żółty (***MLE***)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby (***MLE***) kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 202,2** **Białko ogółem [g] 96,6** **Tłuszcz [g] 72,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6** **Węglowodany ogółem [g] 316,2** **suma cukrów prostych [g] 51,2** **Sól [g] 7,7** **Błonnik pokarmowy [g] 52,6**
	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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-02 piątek	Podstawowa C1	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (***JAJ***) sałatka jarzynowa (***JAJ, SEL, GOR***) sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		barszcz ukraiński (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) ryż z jabłkiem mleczko waniliowe (***JAJ, MLE***) kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby (***MLE***) kapusta pekińska herbata czarna makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 427,8 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 65 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 389 suma cukrów prostych [g] 123,7 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 35**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (***JAJ***) sałatka jarzynowa (***JAJ, SEL, GOR***) sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		barszcz czerwony l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryż z jabłkiem mleczko waniliowe (***JAJ, MLE***) kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby (***MLE***) kapusta pekińska herbata czarna makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 232,7 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 69,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 332,7 suma cukrów prostych [g] 127,6 Sól [g] 4 Błonnik pokarmowy [g] 26,5**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) jajko gotowane (***JAJ***) sałatka jarzynowa (***JAJ, SEL, GOR***) sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna	chrupki kukurydziane	barszcz ukraiński (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) ryż z jabłkiem mleczko waniliowe (***JAJ, MLE***) kompot	chleb razowy (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ser żółty (***MLE***)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasta z sera białego i ryby (***MLE***) kapusta pekińska herbata czarna makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 148,7 Białko ogółem [g] 80,2 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 340 suma cukrów prostych [g] 110,5 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,1**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) jajko gotowane (***JAJ***) sałatka jarzynowa (***JAJ, SEL, GOR***) sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryż z jabłkiem mleczko waniliowe (***JAJ, MLE***) kompot	chleb razowy (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) indyk z pasieki	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasta z sera białego i ryby (***MLE***) kapusta pekińska herbata czarna makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 948,1 Białko ogółem [g] 72,8 Tłuszcz [g] 53,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9 Węglowodany ogółem [g] 306,3 suma cukrów prostych [g] 108,2 Sól [g] 3,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,1**
2026-10-03 sobota	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata jablko parzone kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		neapolitańska (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) ryba smażona (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska pomidor herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 175,7 Białko ogółem [g] 81,1 Tłuszcz [g] 84,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 286,1 suma cukrów prostych [g] 52,9 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-03 sobota	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata jablko parzone kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		neapolitańska (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane sos warzywny (***GLU, SEL***) kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska pomidor herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 987,2** **Białko ogółem [g] 86,4** **Tłuszcz [g] 80,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5** **Węglowodany ogółem [g] 241,2** **suma cukrów prostych [g] 59,7** **Sól [g] 5,4** **Błonnik pokarmowy [g] 25,2**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-poopercyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jablko parzone kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane sos warzywny (***GLU, SEL***) kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 969,8** **Białko ogółem [g] 93,7** **Tłuszcz [g] 67,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4** **Węglowodany ogółem [g] 259,7** **suma cukrów prostych [g] 70,4** **Sól [g] 5,7** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna	wafle	neapolitańska (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane sos warzywny (***GLU, SEL***) kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska pomidor herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 353,5** **Białko ogółem [g] 98,4** **Tłuszcz [g] 82,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5** **Węglowodany ogółem [g] 327,3** **suma cukrów prostych [g] 38** **Sól [g] 8,2** **Błonnik pokarmowy [g] 46**
	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 sałata jablko parzone kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		neapolitańska (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) ryba smażona (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 370,2** **Białko ogółem [g] 91** **Tłuszcz [g] 90,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6** **Węglowodany ogółem [g] 313,4** **suma cukrów prostych [g] 65,3** **Sól [g] 7,5** **Błonnik pokarmowy [g] 30,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-03 sobota	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata jablko parzone kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna		neapolitańska (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane sos warzywny (***GLU, SEL***) kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 181,7** **Białko ogółem [g] 96,3** **Tłuszcz [g] 86,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6** **Węglowodany ogółem [g] 268,4** **suma cukrów prostych [g] 72,1** **Sól [g] 5,7** **Błonnik pokarmowy [g] 26,4**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Parówka drobiowa sałata kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna	wafle	neapolitańska (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) ryba smażona (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Ser biały (***MLE***)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) kiełbasa krakowska pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 951,7** **Białko ogółem [g] 81,1** **Tłuszcz [g] 77,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2** **Węglowodany ogółem [g] 243,2** **suma cukrów prostych [g] 41,7** **Sól [g] 6,6** **Błonnik pokarmowy [g] 23,2**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Parówka drobiowa sałata kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna	wafle	neapolitańska (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane sos warzywny (***GLU, SEL***) kompot	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Ser biały (***MLE***)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) kiełbasa krakowska pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 742,4** **Białko ogółem [g] 79,8** **Tłuszcz [g] 72,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9** **Węglowodany ogółem [g] 203,1** **suma cukrów prostych [g] 45,2** **Sól [g] 4,9** **Błonnik pokarmowy [g] 18,8**
2026-10-04 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa kapusta pekińska jajko gotowane (***JAJ***) herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) Kotlet schabowy (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z czerwonej kapusty (***JAJ, GOR***) kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 980** **Białko ogółem [g] 84,3** **Tłuszcz [g] 67,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9** **Węglowodany ogółem [g] 273,8** **suma cukrów prostych [g] 48,5** **Sól [g] 5** **Błonnik pokarmowy [g] 30,8**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa kapusta pekińska jajko gotowane (***JAJ***) herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 685,1** **Białko ogółem [g] 90,3** **Tłuszcz [g] 61,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3** **Węglowodany ogółem [g] 202,7** **suma cukrów prostych [g] 52,2** **Sól [g] 3,7** **Błonnik pokarmowy [g] 19,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-04 niedziela	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa jablko parzone herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		ryżanka (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka herbata czarna Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 014,5** **Białko ogółem [g] 105,1** **Tłuszcz [g] 63,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22** **Węglowodany ogółem [g] 266,4** **suma cukrów prostych [g] 79,7** **Sól [g] 5,5** **Błonnik pokarmowy [g] 23,1**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa kapusta pekińska jajko gotowane (***JAJ***) herbata czarna ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***)	jabłko	pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 167,7** **Białko ogółem [g] 95,3** **Tłuszcz [g] 69,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21** **Węglowodany ogółem [g] 311,7** **suma cukrów prostych [g] 55,5** **Sól [g] 6,9** **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**
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa kapusta pekińska jajko gotowane (***JAJ***) herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) Kotlet schabowy (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z czerwonej kapusty (***JAJ, GOR***) kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 214,5** **Białko ogółem [g] 97,3** **Tłuszcz [g] 74,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4** **Węglowodany ogółem [g] 304,4** **suma cukrów prostych [g] 60,9** **Sól [g] 5,3** **Błonnik pokarmowy [g] 31,4**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa kapusta pekińska jajko gotowane (***JAJ***) herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane 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] 1 919,6** **Białko ogółem [g] 103,3** **Tłuszcz [g] 68,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8** **Węglowodany ogółem [g] 233,3** **suma cukrów prostych [g] 64,6** **Sól [g] 4** **Błonnik pokarmowy [g] 20,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-04 niedziela	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) kiełbasa szynkowa kapusta pekińska jajko gotowane (***JAJ***) herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)	jabłko	pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) Kotlet schabowy (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z czerwonej kapusty (***JAJ, GOR***) kompot	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Parówka drobiowa	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 784,8** **Białko ogółem [g] 74,3** **Tłuszcz [g] 61,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3** **Węglowodany ogółem [g] 247,8** **suma cukrów prostych [g] 64,3** **Sól [g] 4,3** **Błonnik pokarmowy [g] 29,2**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) kiełbasa szynkowa kapusta pekińska jajko gotowane (***JAJ***) herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)	jabłko	pomidorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Parówka drobiowa	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 546,9** **Białko ogółem [g] 78,2** **Tłuszcz [g] 56,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9** **Węglowodany ogółem [g] 190,3** **suma cukrów prostych [g] 63** **Sól [g] 3,3** **Błonnik pokarmowy [g] 19,1**
2026-10-05 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) sałata jabłko miód kawa zbożowa na mleku (***MLE***) płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)		barszcz biały (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) żeberka wieprzowe duszone w sosie własnym (***GLU***) Ziemniaki gotowane kapusta kwaszona zasmażana (***GLU***) kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 382,2** **Białko ogółem [g] 105,7** **Tłuszcz [g] 80,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8** **Węglowodany ogółem [g] 325,1** **suma cukrów prostych [g] 60** **Sól [g] 7,3** **Błonnik pokarmowy [g] 35,4**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) sałata jablko parzone kawa zbożowa na mleku (***MLE***) kiełbasa krakowska płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)		barszcz biały l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***) kasza jęczmienna na sypko (***GLU***) surówka z buraków i jabłka kompot		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 113,6** **Białko ogółem [g] 93,4** **Tłuszcz [g] 66** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2** **Węglowodany ogółem [g] 299,8** **suma cukrów prostych [g] 70,9** **Sól [g] 5,4** **Błonnik pokarmowy [g] 26,8**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny jablko parzone makaron na mleku (***GLU, MLE***) indyk z pasieki herbata czarna z/c		pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***) kompot z /c krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 864,8** **Białko ogółem [g] 81,6** **Tłuszcz [g] 51,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8** **Węglowodany ogółem [g] 280,3** **suma cukrów prostych [g] 93,3** **Sól [g] 4,1** **Błonnik pokarmowy [g] 24,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-05 poniedziałek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) sałata jablko parzone herbata czarna ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) kiełbasa krakowska	chrupki kukurydziane	barszcz biały l. (***GLU, SOJ, 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 ser topiony (***MLE***)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 593,8** **Białko ogółem [g] 100,8** **Tłuszcz [g] 77,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9** **Węglowodany ogółem [g] 400,4** **suma cukrów prostych [g] 59,1** **Sól [g] 9** **Błonnik pokarmowy [g] 57**
	Papkowata	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 ziemniaczana z dodatkiem białkowym (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***)	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 Ser biały (***MLE***) sałata jabłko kawa zbożowa na mleku (***MLE***) makaron na mleku (***GLU, MLE***) kiełbasa krakowska		barszcz biały (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) żeberka wieprzowe duszone w sosie własnym (***GLU***) Ziemniaki gotowane kapusta kwaszona zasmażana (***GLU***) kompot		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 509,5** **Białko ogółem [g] 119,1** **Tłuszcz [g] 88,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34** **Węglowodany ogółem [g] 325,4** **suma cukrów prostych [g] 71,3** **Sól [g] 8** **Błonnik pokarmowy [g] 34,6**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (***MLE***) sałata jablko parzone kawa zbożowa na mleku (***MLE***) makaron na mleku (***GLU, MLE***) kiełbasa krakowska		barszcz biały l. (***GLU, SOJ, 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 ogonówka kapusta pekińska herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 255,5** **Białko ogółem [g] 101,6** **Tłuszcz [g] 70,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9** **Węglowodany ogółem [g] 317,5** **suma cukrów prostych [g] 95,7** **Sól [g] 5,1** **Błonnik pokarmowy [g] 28,8**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Ser biały (***MLE***) sałata jabłko kawa zbożowa na mleku (***MLE***) makaron na mleku (***GLU, MLE***) kiełbasa krakowska	chrupki kukurydziane	barszcz biały (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***) żeberka wieprzowe duszone w sosie własnym (***GLU***) Ziemniaki gotowane kapusta kwaszona zasmażana (***GLU***) kompot	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ser topiony (***MLE***)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ogonówka kapusta pekińska herbata czarna Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 166,7** **Białko ogółem [g] 103,7** **Tłuszcz [g] 84,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4** **Węglowodany ogółem [g] 262,4** **suma cukrów prostych [g] 59,8** **Sól [g] 8** **Błonnik pokarmowy [g] 29,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za 1. dekadę, tj. od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-05 poniedziałek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) Ser biały (***MLE***) sałata kiełbasa krakowska makaron na mleku (***GLU, MLE***) jablko parzone kawa zbożowa na mleku (***MLE***)	chrupki kukurydziane	barszcz biały l. (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) pulpety w sosie własnym (***GLU, JAJ***) surówka z marchwi i jabłka kompot z /c kasza jęczmienna na sypko (***GLU***)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ser topiony (***MLE***)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ogonówka kapusta pekińska herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 958** **Białko ogółem [g] 91,7** **Tłuszcz [g] 72,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2** **Węglowodany ogółem [g] 247,6** **suma cukrów prostych [g] 80,7** **Sól [g] 5,4** **Błonnik pokarmowy [g] 24**
2026-10-06 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna z/c dżem		zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Udko kurczaka duszone surówka z białej kapusty (***JAJ, GOR***) Ziemniaki gotowane kompot z /c		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) ogórek kwaszony	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 250** **Białko ogółem [g] 93,8** **Tłuszcz [g] 81,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9** **Węglowodany ogółem [g] 299,1** **suma cukrów prostych [g] 79,3** **Sól [g] 6,2** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna z/c dżem		zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka udko kurczaka gotowane kompot z /c		mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) ogórek kwaszony bułka wrocławska (***GLU***) herbata czarna z/c	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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] 4,8** **Błonnik pokarmowy [g] 18,5**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna z/c jablko parzone		zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane udko kurczaka gotowane buraki gotowane kompot z /c		mix tłuszczowy roślinny bułka wrocławska (***GLU***) herbata czarna z/c indyk z pasieki płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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** **Błonnik pokarmowy [g] 20,7**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata chleb razowy (***GLU***) ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna ser żółty (***MLE***)	jabłko	zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka udko kurczaka gotowane kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa	ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) ogórek kwaszony chleb razowy (***GLU***) herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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] 10,4** **Błonnik pokarmowy [g] 56,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-06 wtorek	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 indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna z/c		zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Udko kurczaka duszone surówka z białej kapusty (***JAJ, GOR***) Ziemniaki gotowane kompot z /c		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) ogórek kwaszony płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 408,4 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 87,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 315,9 suma cukrów prostych [g] 78,2 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,4**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna z/c		zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka udko kurczaka gotowane kompot z /c		mix tłuszczowy roślinny ser topiony (***MLE***) ogórek kwaszony bułka wrocławska (***GLU***) herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**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] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,5**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) indyk z pasieki pomidor sałata masło śmietankowe (***MLE***) herbata czarna z/c kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	jabłko	zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Udko kurczaka duszone surówka z białej kapusty (***JAJ, GOR***) Ziemniaki gotowane kompot z /c	ser topiony (***MLE***) masło śmietankowe (***MLE***) pieczywo mieszane (***GLU***)	ser topiony (***MLE***) ogórek kwaszony masło śmietankowe (***MLE***) płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***) pieczywo mieszane (***GLU***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 232,8 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 92,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3 Węglowodany ogółem [g] 265,9 suma cukrów prostych [g] 81,9 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,2**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) indyk z pasieki pomidor sałata masło śmietankowe (***MLE***) herbata czarna z/c kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	jabłko	zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane udko kurczaka gotowane surówka z buraków i jabłka kompot z /c	masło śmietankowe (***MLE***) bułka wrocławska (***GLU***) kiełbasa szynkowa	ser topiony (***MLE***) ogórek kwaszony masło śmietankowe (***MLE***) bułka wrocławska (***GLU***) płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-07 środa	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) kiełbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (***JAJ***) rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna z/c		grochowa (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c befsztyk z cebulką (***GLU, JAJ***)		marmolada z jabłek b/c Ser biały (***MLE***) pieczywo mieszane (***GLU***) herbata czarna z/c	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 233,1 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 323,6 suma cukrów prostych [g] 82,1 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,9**
	Łatwostrawna (II)	kiełbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (***JAJ***) rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna z/c bułka wrocławska (***GLU***)		Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c grysikowa (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) hache mięsno-warzywne (***GLU, SEL***)		marmolada z jabłek b/c Ser biały (***MLE***) herbata czarna z/c bułka wrocławska (***GLU***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,8**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	kiełbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c bułka wrocławska (***GLU***) Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		grysikowa (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane hache mięsno-warzywne (***GLU, SEL***) buraki gotowane kompot z /c		marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c bułka wrocławska (***GLU***) ryż na mleku (***MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) kiełbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (***JAJ***) rzodkiew sałata ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) herbata czarna ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***)	wafle	Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot grysikowa (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) hache mięsno-warzywne (***GLU, SEL***)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana	marmolada z jabłek b/c Ser biały (***MLE***) herbata czarna z/c chleb razowy (***GLU***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 60,6**
	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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-07 środa	Podstawowa C1	pieczywo mieszane (***GLU***) kiełbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (***JAJ***) rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna z/c		grochowa (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c befsztyk z cebulką (***GLU, JAJ***)		marmolada z jabłek b/c Ser biały (***MLE***) pieczywo mieszane (***GLU***) herbata czarna z/c ryż na mleku (***MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 446,6** **Białko ogółem [g] 112,8** **Tłuszcz [g] 72,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4** **Węglowodany ogółem [g] 355,6** **suma cukrów prostych [g] 94,4** **Sól [g] 6,5** **Błonnik pokarmowy [g] 39,5**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) kiełbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (***JAJ***) rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna z/c		Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c grysikowa (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) hache mięsno-warzywne (***GLU, SEL***)		marmolada z jabłek b/c Ser biały (***MLE***) herbata czarna z/c bułka wrocławska (***GLU***) ryż na mleku (***MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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] 4,9** **Błonnik pokarmowy [g] 30,4**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) kiełbasa krakowska masło śmietankowe (***MLE***) jajko gotowane (***JAJ***) rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna z/c wafle	wafle	grochowa (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c befsztyk z cebulką (***GLU, JAJ***)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) szynka gotowana	marmolada z jabłek b/c Ser biały (***MLE***) pieczywo mieszane (***GLU***) herbata czarna z/c masło śmietankowe (***MLE***) ryż na mleku (***MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 285,7** **Białko ogółem [g] 104,2** **Tłuszcz [g] 69,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2** **Węglowodany ogółem [g] 328,8** **suma cukrów prostych [g] 85,2** **Sól [g] 6,1** **Błonnik pokarmowy [g] 37**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) kiełbasa krakowska masło śmietankowe (***MLE***) jajko gotowane (***JAJ***) rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) herbata czarna z/c wafle	wafle	grysikowa (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej hache mięsno-warzywne (***GLU, SEL***) kompot z /c	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) szynka gotowana	marmolada z jabłek b/c Ser biały (***MLE***) bułka wrocławska (***GLU***) herbata czarna z/c masło śmietankowe (***MLE***) ryż na mleku (***MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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** **Błonnik pokarmowy [g] 30,4**
2026-10-08 czwartek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana pomidor sałata ser żółty (***MLE***) herbata czarna z/c makaron na mleku (***GLU, MLE***)		fasolowa z suchej fasoli (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Kotlet schabowy (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa (***JAJ, SEL, GOR***) indyk z pasieki herbata czarna z/c	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 292,4** **Białko ogółem [g] 96,4** **Tłuszcz [g] 77,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9** **Węglowodany ogółem [g] 320,1** **suma cukrów prostych [g] 70,9** **Sól [g] 6,2** **Błonnik pokarmowy [g] 36,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-08 czwartek	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana pomidor sałata miód herbata czarna z/c makaron na mleku (***GLU, MLE***)		krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa (***JAJ, SEL, GOR***) indyk z pasieki herbata czarna z/c	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 859,8 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Węglowodany ogółem [g] 256,8 suma cukrów prostych [g] 71,1 Sól [g] 4 Błonnik pokarmowy [g] 23,6**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-poopercyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana jablko parzone herbata czarna z/c makaron na mleku (***GLU, MLE***)		krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot z /c		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 863,6 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2 Węglowodany ogółem [g] 279,4 suma cukrów prostych [g] 93,6 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,2**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana pomidor sałata miód herbata czarna ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***)	jabłko	krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa (***JAJ, SEL, GOR***) indyk z pasieki herbata czarna z/c	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 378,3 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 64,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,4 Węglowodany ogółem [g] 379,5 suma cukrów prostych [g] 73,8 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 52,8**
	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 szynka gotowana pomidor sałata ser żółty (***MLE***) herbata czarna z/c makaron na mleku (***GLU, MLE***)		fasolowa z suchej fasoli (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Kotlet schabowy (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa (***JAJ, SEL, GOR***) indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 410,5 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 77 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Węglowodany ogółem [g] 346,8 suma cukrów prostych [g] 81,8 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za 1. dekadę, tj. od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-08 czwartek	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana pomidor sałata miód herbata czarna z/c makaron na mleku (***GLU, MLE***)		krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa (***JAJ, SEL, GOR***) indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 079,8 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 67,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 288,9 suma cukrów prostych [g] 83,6 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 26**
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) szynka gotowana pomidor sałata ser żółty (***MLE***) herbata czarna z/c makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jabłko	fasolowa z suchej fasoli (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Kotlet schabowy (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c	pieczywo mieszane (***GLU***) ogonówka masło śmietankowe (***MLE***)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) sałatka jarzynowa (***JAJ, SEL, GOR***) indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 171,9 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Węglowodany ogółem [g] 296,5 suma cukrów prostych [g] 85,2 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,1**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) szynka gotowana pomidor sałata ser żółty (***MLE***) herbata czarna z/c makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jabłko	krupnik (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Schab gotowany (***GLU***) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c	bułka wrocławska (***GLU***) ogonówka masło śmietankowe (***MLE***)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) sałatka jarzynowa (***JAJ, SEL, GOR***) indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 952,2 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 257,4 suma cukrów prostych [g] 84,7 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,9**
2026-10-09 piątek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony (***MLE***) jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) ryba smażona (***GLU, JAJ***)		ryżanka (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) Ziemniaki gotowane kompot z /c sos grecki (***GLU, SEL***)		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały (***MLE***) dżem sałata	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 243,1 Białko ogółem [g] 78,5 Tłuszcz [g] 75,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Węglowodany ogółem [g] 329,3 suma cukrów prostych [g] 94 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,6**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony (***MLE***) jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		ryżanka (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane kompot z /c sos grecki (***GLU, SEL***)		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały (***MLE***) dżem sałata	jogurt naturalny (***MLE***)	**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] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-09 piątek	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki jabłko parzone herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		ryżanka (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane kompot z /c sos warzywny (***GLU, SEL***)		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c ogonówka Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**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] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,9**
	Z ogr.łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony (***MLE***) jabłko herbata czarna ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***)	chrupki kukurydziane	ryżanka (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane kompot sos grecki (***GLU, SEL***)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (***JAJ***)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny herbata czarna Ser biały (***MLE***) pomidor sałata	jogurt naturalny (***MLE***)	**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] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 51,9**
	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 sałata ser topiony (***MLE***) jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) ryżanka (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba smażona (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane		kompot z /c sos grecki (***GLU, SEL***)		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały (***MLE***) dżem sałata Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 438,6 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 358,2 suma cukrów prostych [g] 106,3 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,9**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony (***MLE***) jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***)		ryżanka (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane kompot z /c sos grecki (***GLU, SEL***)		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały (***MLE***) dżem sałata Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za 1. dekadę, tj. od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-09 piątek	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) sałata ser topiony (***MLE***) jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) ryżanka (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba smażona (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane	chrupki kukurydziane	kompot z /c sos grecki (***GLU, SEL***)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) jajko gotowane (***JAJ***)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) herbata czarna z/c Ser biały (***MLE***) dżem sałata Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 267,5** **Białko ogółem [g] 88,9** **Tłuszcz [g] 80** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7** **Węglowodany ogółem [g] 312,7** **suma cukrów prostych [g] 100** **Sól [g] 5,4** **Błonnik pokarmowy [g] 29,3**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) sałata ser topiony (***MLE***) jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku (***GLU, MLE***) ryżanka (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) ryba gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane	chrupki kukurydziane	sos grecki (***GLU, SEL***) kompot z /c	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) jajko gotowane (***JAJ***)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) herbata czarna z/c Ser biały (***MLE***) dżem sałata Zacierki na mleku (***GLU, JAJ, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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**
2026-10-10 sobota	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)		zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) kotlet z piersi indyka (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty (***JAJ, GOR***) kompot z /c		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 105,5** **Białko ogółem [g] 83** **Tłuszcz [g] 67** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7** **Węglowodany ogółem [g] 307** **suma cukrów prostych [g] 68** **Sól [g] 5,2** **Błonnik pokarmowy [g] 28,9**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) jabłko		zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) bitka z piersi indyka gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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] 4,1** **Błonnik pokarmowy [g] 22,4**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka herbata czarna z/c kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) jablko parzone		zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) bitka z piersi indyka gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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] 4,2** **Błonnik pokarmowy [g] 21,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-10 sobota	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna ziemniaczana (***GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) jabłko	wafle	zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) bitka z piersi indyka gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ser żółty (***MLE***)	chleb razowy (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 165,4** **Białko ogółem [g] 89,5** **Tłuszcz [g] 52,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5** **Węglowodany ogółem [g] 358** **suma cukrów prostych [g] 55,5** **Sól [g] 7,5** **Błonnik pokarmowy [g] 48,5**
	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 ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)		zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) kotlet z piersi indyka (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty (***JAJ, GOR***) kompot z /c		pieczywo mieszane (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 326,5** **Białko ogółem [g] 94,4** **Tłuszcz [g] 72,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7** **Węglowodany ogółem [g] 338,7** **suma cukrów prostych [g] 80,3** **Sól [g] 5,5** **Błonnik pokarmowy [g] 29,6**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku (***GLU, MLE***) jabłko		zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) bitka z piersi indyka gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c		bułka wrocławska (***GLU***) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c makaron na mleku (***GLU, MLE***)	jogurt naturalny (***MLE***)	**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] 4,3** **Błonnik pokarmowy [g] 22,7**
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	wafle	zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) kotlet z piersi indyka (***GLU, JAJ***) Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty (***JAJ, GOR***) kompot z /c	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ser żółty (***MLE***)	pieczywo mieszane (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c	jogurt naturalny (***MLE***) makaron na mleku (***GLU, MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 124,9** **Białko ogółem [g] 93** **Tłuszcz [g] 73,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2** **Węglowodany ogółem [g] 286,8** **suma cukrów prostych [g] 70,1** **Sól [g] 5,7** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-10-10 sobota	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku (***GLU, MLE***)	wafle	zacierkowa (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ***) bitka z piersi indyka gotowana (***GLU***) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) ser żółty (***MLE***)	bułka wrocławska (***GLU***) masło śmietankowe (***MLE***) pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c	jogurt naturalny (***MLE***) makaron na mleku (***GLU, MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [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**

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,