Jadłospisy za 1. dekadę, tj. od dnia 2026-11-01 do dnia 2026-11-10 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-11-01 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka pomidor sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		zacierkowa kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane marchewka z groszkiem kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 111,4** **Białko ogółem [g] 93,2** **Tłuszcz [g] 68,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7** **Węglowodany ogółem [g] 297,7** **suma cukrów prostych [g] 49** **Sól [g] 5,7** **Błonnik pokarmowy [g] 33,9**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka pomidor sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 793,7** **Białko ogółem [g] 98,3** **Tłuszcz [g] 49,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8** **Węglowodany ogółem [g] 251,6** **suma cukrów prostych [g] 71,1** **Sól [g] 4,5** **Błonnik pokarmowy [g] 26,1**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jablko parzone Płatki owsiane na mleku herbata czarna		zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 937,2** **Białko ogółem [g] 99,6** **Tłuszcz [g] 49,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4** **Węglowodany ogółem [g] 288** **suma cukrów prostych [g] 87,7** **Sól [g] 6,2** **Błonnik pokarmowy [g] 28,2**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka Płatki owsiane na mleku herbata czarna pomidor sałata	wafle ryżowe	zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot z /c	mix tłuszczowy roślinny ser biały chleb razowy	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 131,3** **Białko ogółem [g] 110,3** **Tłuszcz [g] 54,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3** **Węglowodany ogółem [g] 318,2** **suma cukrów prostych [g] 74,4** **Sól [g] 5,7** **Błonnik pokarmowy [g] 37,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-01 niedziela	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,2** **Białko ogółem [g] 93,4** **Tłuszcz [g] 74,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6** **Węglowodany ogółem [g] 238,3** **suma cukrów prostych [g] 43** **Sól [g] 3,8** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3**
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka pomidor sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		zacierkowa kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane marchewka z groszkiem kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 111,4** **Białko ogółem [g] 93,2** **Tłuszcz [g] 68,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7** **Węglowodany ogółem [g] 297,7** **suma cukrów prostych [g] 49** **Sól [g] 5,7** **Błonnik pokarmowy [g] 33,9**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka pomidor sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane surówka z marchwi i jabłka kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 793,7** **Białko ogółem [g] 98,3** **Tłuszcz [g] 49,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8** **Węglowodany ogółem [g] 251,6** **suma cukrów prostych [g] 71,1** **Sól [g] 4,5** **Błonnik pokarmowy [g] 26,1**
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka pomidor sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		zacierkowa kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane marchewka z groszkiem kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 111,4** **Białko ogółem [g] 93,2** **Tłuszcz [g] 68,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7** **Węglowodany ogółem [g] 297,7** **suma cukrów prostych [g] 49** **Sól [g] 5,7** **Błonnik pokarmowy [g] 33,9**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe ciasto drożdżowe miód kawa zbożowa na mleku jablko parzone płatki jęczmiennne na mleku	wafle	ogórkowa Udko kurczaka duszone ryż na sypko surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały	pieczywo mieszane masło śmietankowe kiełbasa krakowska sałata kasza manna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 156** **Białko ogółem [g] 88,3** **Tłuszcz [g] 74,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7** **Węglowodany ogółem [g] 295,8** **suma cukrów prostych [g] 62,1** **Sól [g] 5,8** **Błonnik pokarmowy [g] 23,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-02 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jabłko miód kawa zbożowa na mleku płatki jęczmiennne na mleku		barszcz biały żeberka wieprzowe duszone w sosie własnym Ziemniaki gotowane kapusta kwaszona zasmażana kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	**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 mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jablko parzone kawa zbożowa na mleku kiełbasa krakowska płatki jęczmiennne na mleku		barszcz biały l. pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z buraków i jabłka kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	**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 mix tłuszczowy roślinny jablko parzone makaron na mleku indyk z pasieki herbata czarna z/c		pulpety w sosie własnym kompot z /c krupnik Ziemniaki gotowane marchewka gotowana		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**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**
	Z ogr.łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jablko parzone herbata czarna ziemniaczana kiełbasa krakowska	chrupki kukurydziane	barszcz biały l. pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	**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		kompot z /c ziemniaczana z dodatkiem białkowym		herbata czarna z/c ziemniaczana z dodatkiem białkowym	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-02 poniedziałek	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jabłko kawa zbożowa na mleku makaron na mleku kiełbasa krakowska		barszcz biały żeberka wieprzowe duszone w sosie własnym Ziemniaki gotowane kapusta kwaszona zasmażana kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**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 mix tłuszczowy roślinny Ser biały sałata jablko parzone kawa zbożowa na mleku makaron na mleku kiełbasa krakowska		barszcz biały l. pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka kapusta pekińska herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**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 masło śmietankowe Ser biały sałata jabłko kawa zbożowa na mleku makaron na mleku kiełbasa krakowska	chrupki kukurydziane	barszcz biały żeberka wieprzowe duszone w sosie własnym Ziemniaki gotowane kapusta kwaszona zasmażana kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser topiony	pieczywo mieszane masło śmietankowe ogonówka kapusta pekińska herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**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**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały sałata kiełbasa krakowska makaron na mleku jablko parzone kawa zbożowa na mleku	chrupki kukurydziane	barszcz biały l. pulpety w sosie własnym surówka z marchwi i jabłka kompot z /c kasza jęczmienna na sypko	bułka wrocławska masło śmietankowe ser topiony	bułka wrocławska masło śmietankowe ogonówka kapusta pekińska herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**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**
2026-11-03 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku herbata czarna z/c dżem		zacierkowa Udko kurczaka duszone surówka z białej kapusty Ziemniaki gotowane kompot z /c		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony ogórek kwaszony	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-03 wtorek	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku herbata czarna z/c dżem		zacierkowa Ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka udko kurczaka gotowane kompot z /c		mix tłuszczowy roślinny ser topiony ogórek kwaszony bułka wrocławska herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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-poopercyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki kasza manna na mleku herbata czarna z/c jablko parzone		zacierkowa Ziemniaki gotowane udko kurczaka gotowane buraki gotowane kompot z /c		mix tłuszczowy roślinny bułka wrocławska herbata czarna z/c indyk z pasieki płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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 ziemniaczana herbata czarna ser żółty	jabłko	zacierkowa Ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka udko kurczaka gotowane kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa	ziemniaczana mix tłuszczowy roślinny ser topiony ogórek kwaszony chleb razowy herbata czarna	jogurt naturalny	**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**
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3** **Białko ogółem [g] 93,4** **Tłuszcz [g] 74,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6** **Węglowodany ogółem [g] 260** **suma cukrów prostych [g] 64,6** **Sól [g] 3,8** **Błonnik pokarmowy [g] 28,4**
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku herbata czarna z/c		zacierkowa Udko kurczaka duszone surówka z białej kapusty Ziemniaki gotowane kompot z /c		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony ogórek kwaszony płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 408,4** **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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-03 wtorek	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki pomidor sałata kasza manna na mleku herbata czarna z/c		zacierkowa Ziemniaki gotowane surówka z buraków i jabłka udko kurczaka gotowane kompot z /c		mix tłuszczowy roślinny ser topiony ogórek kwaszony bułka wrocławska herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 085,6 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 260,2 suma cukrów prostych [g] 89,3 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,5**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane indyk z pasieki pomidor sałata masło śmietankowe herbata czarna z/c kasza manna na mleku	jabłko	zacierkowa Udko kurczaka duszone surówka z białej kapusty Ziemniaki gotowane kompot z /c	ser topiony masło śmietankowe pieczywo mieszane	ser topiony ogórek kwaszony masło śmietankowe płatki jęczmiennne na mleku pieczywo mieszane	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 232,8 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 indyk z pasieki pomidor sałata masło śmietankowe herbata czarna z/c kasza manna na mleku	jabłko	zacierkowa Ziemniaki gotowane udko kurczaka gotowane surówka z buraków i jabłka kompot z /c	masło śmietankowe bułka wrocławska kiełbasa szynkowa	ser topiony ogórek kwaszony masło śmietankowe bułka wrocławska płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**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**
2026-11-04 środa	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane kiełbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna z/c		grochowa Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c befsztyk z cebulką		marmolada z jabłek b/c Ser biały pieczywo mieszane herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[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 rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna z/c bułka wrocławska		Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c grysikowa hache mięsno-warzywne		marmolada z jabłek b/c Ser biały herbata czarna z/c bułka wrocławska	jogurt naturalny	**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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-04 środa	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	kiełbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c bułka wrocławska Płatki owsiane na mleku		grysikowa Ziemniaki gotowane hache mięsno-warzywne buraki gotowane kompot z /c		marmolada z jabłek b/c herbata czarna z/c bułka wrocławska ryż na mleku	jogurt naturalny	**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 kiełbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane rzodkiew sałata ziemniaczana herbata czarna ziemniaczana	wafle	Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot grysikowa hache mięsno-warzywne	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana	marmolada z jabłek b/c Ser biały herbata czarna z/c chleb razowy	jogurt naturalny	**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 herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3** **Białko ogółem [g] 93,4** **Tłuszcz [g] 74,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6** **Węglowodany ogółem [g] 260** **suma cukrów prostych [g] 64,6** **Sól [g] 3,8** **Błonnik pokarmowy [g] 28,4**
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane kiełbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna z/c		grochowa Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c befsztyk z cebulką		marmolada z jabłek b/c Ser biały pieczywo mieszane herbata czarna z/c ryż na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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 kiełbasa krakowska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna z/c		Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c grysikowa hache mięsno-warzywne		marmolada z jabłek b/c Ser biały herbata czarna z/c bułka wrocławska ryż na mleku	jogurt naturalny	**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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-04 środa	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane kiełbasa krakowska masło śmietankowe jajko gotowane rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna z/c wafle	wafle	grochowa Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot z /c befsztyk z cebulką	pieczywo mieszane masło śmietankowe szynka gotowana	marmolada z jabłek b/c Ser biały pieczywo mieszane herbata czarna z/c masło śmietankowe ryż na mleku	jogurt naturalny	**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 kiełbasa krakowska masło śmietankowe jajko gotowane rzodkiew sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna z/c wafle	wafle	grysikowa Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej hache mięsno-warzywne kompot z /c	bułka wrocławska masło śmietankowe szynka gotowana	marmolada z jabłek b/c Ser biały bułka wrocławska herbata czarna z/c masło śmietankowe ryż na mleku	jogurt naturalny	**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**
2026-11-05 czwartek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana pomidor sałata ser żółty herbata czarna z/c makaron na mleku		fasolowa z suchej fasoli Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa indyk z pasieki herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**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**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana pomidor sałata miód herbata czarna z/c makaron na mleku		krupnik Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa indyk z pasieki herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**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-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana jablko parzone herbata czarna z/c makaron na mleku		krupnik Schab gotowany Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-05 czwartek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana pomidor sałata miód herbata czarna ziemniaczana	jabłko	krupnik Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ogonówka	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa indyk z pasieki herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**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 herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3** **Białko ogółem [g] 93,4** **Tłuszcz [g] 74,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6** **Węglowodany ogółem [g] 260** **suma cukrów prostych [g] 64,6** **Sól [g] 3,8** **Błonnik pokarmowy [g] 28,4**
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana pomidor sałata ser żółty herbata czarna z/c makaron na mleku		fasolowa z suchej fasoli Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**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**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana pomidor sałata miód herbata czarna z/c makaron na mleku		krupnik Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny sałatka jarzynowa indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**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 masło śmietankowe szynka gotowana pomidor sałata ser żółty herbata czarna z/c makaron na mleku	jabłko	fasolowa z suchej fasoli Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c	pieczywo mieszane ogonówka masło śmietankowe	pieczywo mieszane masło śmietankowe sałatka jarzynowa indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za 1. dekadę, tj. od dnia 2026-11-01 do dnia 2026-11-10 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-05 czwartek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe szynka gotowana pomidor sałata ser żółty herbata czarna z/c makaron na mleku	jabłko	krupnik Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot z /c	bułka wrocławska ogonówka masło śmietankowe	bułka wrocławska masło śmietankowe sałatka jarzynowa indyk z pasieki herbata czarna z/c płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**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**
2026-11-06 piątek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku ryba smażona		ryżanka Ziemniaki gotowane kompot z /c sos grecki		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały dżem sałata	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[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 mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane kompot z /c sos grecki		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały dżem sałata	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 879,6** **Białko ogółem [g] 76,7** **Tłuszcz [g] 62,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2** **Węglowodany ogółem [g] 264,5** **suma cukrów prostych [g] 95,4** **Sól [g] 4,1** **Błonnik pokarmowy [g] 24,1**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki jablko parzone herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane kompot z /c sos warzywny		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c ogonówka Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 898,5** **Białko ogółem [g] 86,3** **Tłuszcz [g] 56,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4** **Węglowodany ogółem [g] 272,9** **suma cukrów prostych [g] 88,3** **Sól [g] 4,1** **Błonnik pokarmowy [g] 22,9**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony jabłko herbata czarna ziemniaczana	chrupki kukurydziane	ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane kompot sos grecki	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny herbata czarna Ser biały pomidor sałata	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 295,7** **Białko ogółem [g] 87,8** **Tłuszcz [g] 70,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2** **Węglowodany ogółem [g] 353,2** **suma cukrów prostych [g] 56,9** **Sól [g] 7,3** **Błonnik pokarmowy [g] 51,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-06 piątek	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3** **Białko ogółem [g] 93,4** **Tłuszcz [g] 74,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6** **Węglowodany ogółem [g] 260** **suma cukrów prostych [g] 64,6** **Sól [g] 3,8** **Błonnik pokarmowy [g] 28,4**
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku ryżanka ryba smażona Ziemniaki gotowane		kompot z /c sos grecki		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały dżem sałata Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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 mix tłuszczowy roślinny sałata ser topiony jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane kompot z /c sos grecki		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny herbata czarna z/c Ser biały dżem sałata Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe sałata ser topiony jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku ryżanka ryba smażona Ziemniaki gotowane	chrupki kukurydziane	kompot z /c sos grecki	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane	pieczywo mieszane masło śmietankowe herbata czarna z/c Ser biały dżem sałata Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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 masło śmietankowe sałata ser topiony jabłko herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane	chrupki kukurydziane	sos grecki kompot z /c	bułka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane	bułka wrocławska masło śmietankowe herbata czarna z/c Ser biały dżem sałata Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-07 sobota	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku		zacierkowa kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot z /c		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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 mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku mleku jabłko		zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c makaron na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 899,8 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 mix tłuszczowy roślinny ogonówka herbata czarna z/c kasza manna na mleku mleku jablko parzone		zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c makaron na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna ziemniaczana jabłko	wafle	zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser żółty	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	**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 herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-07 sobota	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku		zacierkowa kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot z /c		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c makaron na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 326,5 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 mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku jabłko		zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c makaron na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 979,3 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 48,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 307,9 suma cukrów prostych [g] 103,4 Sól [g] 4,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,7**
	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku	wafle	zacierkowa kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot z /c	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser żółty	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c	jogurt naturalny makaron na mleku	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 124,9 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**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe ogonówka sałata herbata czarna z/c kasza manna na mleku	wafle	zacierkowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot z /c	bułka wrocławska masło śmietankowe ser żółty	bułka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna z/c	jogurt naturalny makaron na mleku	**Wartość energetyczna[kcal] [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**
2026-11-08 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku		barszcz czerwony klopsiki kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi, ogórka i cebuli kompot z /c		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-08 niedziela	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku		barszcz czerwony pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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-poopercyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c ryż na mleku jabłko parzone		barszcz czerwony pulpety w sosie własnym Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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 mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna ziemniaczana	jabłko	barszcz czerwony pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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**
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot z /c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 260 suma cukrów prostych [g] 64,6 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4**
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku		barszcz czerwony klopsiki kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi, ogórka i cebuli kompot z /c		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-08 niedziela	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku		barszcz czerwony pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot z /c		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ser topiony rzodkiew herbata czarna z/c Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [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 masło śmietankowe Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku	jabłko	barszcz czerwony klopsiki kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi, ogórka i cebuli kompot z /c	pieczywo mieszane masło śmietankowe pieprzowa z indyka	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser topiony rzodkiew Płatki owsiane na mleku		**Wartość energetyczna[kcal] [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 masło śmietankowe Parówka drobiowa pomidor herbata czarna z/c ryż na mleku	jabłko	barszcz czerwony pulpety w sosie własnym kasza jęczmienna na sypko surówka z marchwi i jabłka kompot z /c	bułka wrocławska masło śmietankowe pieprzowa z indyka	bułka wrocławska masło śmietankowe ser topiony rzodkiew Płatki owsiane na mleku		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 805,5 Białko ogółem [g] 67,2 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 241,6 suma cukrów prostych [g] 79,5 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,3**
2026-11-09 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z sera białego i ryby płatki jęczmiennne na mleku		bitka wieprzowa ogórkowa marchew po mazursku surówka z białej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka gotowana herbata czarna	jogurt naturalny	**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 mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z sera białego i ryby płatki jęczmiennne na mleku		bitka wieprzowa ogórkowa marchew po mazursku surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka gotowana herbata czarna	jogurt naturalny	**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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-09 poniedziałek	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka płatki jęczmiennne na mleku jablko parzone		bitka wieprzowa ziemniaczana Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana herbata czarna kasza manna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 959,8** **Białko ogółem [g] 99,2** **Tłuszcz [g] 66,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7** **Węglowodany ogółem [g] 255,3** **suma cukrów prostych [g] 70,9** **Sól [g] 5,5** **Błonnik pokarmowy [g] 26,1**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z sera białego i ryby ziemniaczana	chrupki kukurydziane	bitka wieprzowa ogórkowa marchew po mazursku surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka gotowana herbata czarna	jogurt naturalny	**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 herbata czarna z/c		ziemniaczana z dodatkiem białkowym kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna z/c	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 986,2** **Białko ogółem [g] 93,4** **Tłuszcz [g] 74,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6** **Węglowodany ogółem [g] 248,3** **suma cukrów prostych [g] 53** **Sól [g] 3,8** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3**
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z sera białego i ryby płatki jęczmiennne na mleku		bitka wieprzowa ogórkowa marchew po mazursku surówka z białej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka gotowana herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**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 mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z sera białego i ryby płatki jęczmiennne na mleku		bitka wieprzowa ogórkowa marchew po mazursku surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pomidor szynka gotowana herbata czarna kasza manna na mleku	jogurt naturalny	**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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-09 poniedziałek	Podstawowa P1 (IV-DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe sałata pasta z sera białego i ryby płatki jęczmiennne na mleku	chrupki kukurydziane	bitka wieprzowa ogórkowa marchew po mazursku surówka z białej kapusty kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe indyk z pasieki	pieczywo mieszane masło śmietankowe pomidor szynka gotowana herbata czarna kasza manna na mleku	jogurt naturalny	**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 masło śmietankowe sałata pasta z sera białego i ryby płatki jęczmiennne na mleku	chrupki kukurydziane	bitka wieprzowa ziemniaczana marchew po mazursku surówka z kapusty pekińskiej kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe indyk z pasieki	bułka wrocławska masło śmietankowe pomidor szynka gotowana herbata czarna kasza manna na mleku	jogurt naturalny	**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**
2026-11-10 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku jajko gotowane pomidor Płatki owsiane na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[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**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku jajko gotowane pomidor sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna ser topiony płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[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-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka jablko parzone Płatki owsiane na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-10 wtorek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku jajko gotowane pomidor sałata ziemniaczana herbata czarna	jabłko	pomidorowa z ryżem bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna ser topiony	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[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 herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym herbata czarna	jogurt naturalny	**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 mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku jajko gotowane pomidor sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna ser topiony płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[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**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku jajko gotowane pomidor sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		pomidorowa z ryżem bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka sałata herbata czarna ser topiony płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[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 masło śmietankowe pasta z zielonego groszku jajko gotowane pomidor Płatki owsiane na mleku herbata czarna	jabłko	pomidorowa z ryżem kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy	pieczywo mieszane masło śmietankowe pieprzowa z indyka sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-10 wtorek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe pasta z zielonego groszku jajko gotowane pomidor Płatki owsiane na mleku herbata czarna	jabłko	pomidorowa z ryżem bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy	pieczywo mieszane masło śmietankowe pieprzowa z indyka sałata herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jogurt naturalny	**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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone