

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-09-21 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (JAJ) ser topiony (MLE) ogórek zielony sałata herbata czarna płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)		brokułowa (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kotlet mielony (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pomidor	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 076,2 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 264,8 suma cukrów prostych [g] 42,8 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) jajko gotowane (JAJ) ogórek zielony herbata czarna płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) sałata		brokułowa (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pomidor	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 835,2 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 75,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 206,8 suma cukrów prostych [g] 41,8 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,4
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa jabłko parzone herbata czarna płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) sałata		krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 1 882,7 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 57,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Węglowodany ogółem [g] 263,5 suma cukrów prostych [g] 69,9 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) jajko gotowane (JAJ) ogórek zielony herbata czarna ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) sałata	wafle ryżowe	brokułowa (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pomidor	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 372,7 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 81,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,2 Węglowodany ogółem [g] 330,2 suma cukrów prostych [g] 37,5 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 47

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-21 poniedziałek	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] 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 ser topiony (MLE) jajko gotowane (JAJ) herbata czarna Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) ogórek zielony sałata		brokułowa (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kotlet mielony (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pomidor	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 076,2 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Węglowodany ogółem [g] 264,8 suma cukrów prostych [g] 42,8 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) jajko gotowane (JAJ) herbata czarna płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) ogórek zielony sałata		brokułowa (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pomidor Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 056,7 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 82,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Węglowodany ogółem [g] 236,4 suma cukrów prostych [g] 54,3 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) jajko gotowane (JAJ) jabłko parzone herbata czarna płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) ogórek zielony sałata	wafle ryżowe	brokułowa (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kotlet mielony (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) Wędlina drobiowa	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) wędlina wieprzowa pomidor Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 057,1 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 69,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,5 Węglowodany ogółem [g] 281,8 suma cukrów prostych [g] 64,4 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,5

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-21 poniedziałek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) jajko gotowane (JAJ) ser topiony (MLE) herbata czarna płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) sałata	wafle ryżowe	brokułowa (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) Wędlina drobiowa	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) wędlina wieprzowa pomidor Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 954,5 Białko ogółem [g] 103,1 Tłuszcz [g] 77,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 221,3 suma cukrów prostych [g] 48,8 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,9
	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana ogórek zielony herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE)		pomidorowa z ryżem (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Kotlet schabowy (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny twarożek z sera białego, rzodkiewki i kopru (MLE) sałata	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 922,2 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Węglowodany ogółem [g] 284,6 suma cukrów prostych [g] 43,2 Sól [g] 4,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,8
	Łatwostrawna (II)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa ogórek zielony herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE)		pomidorowa z ryżem (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny twarożek z sera białego, rzodkiewki i kopru (MLE) sałata herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 627,9 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 194,1 suma cukrów prostych [g] 43,6 Sól [g] 3,3 Błonnik pokarmowy [g] 16,8
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa jabłko parzone herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE)		ryżanka (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa herbata czarna zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 930,1 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 56,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Węglowodany ogółem [g] 265,7 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,1

2026-09-22 wtorek

Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa ogórek zielony herbata czarna ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)	wafle	ryżanka (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny twarożek z sera białego, rzodkiewki i kopru (MLE) sałata herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 161,1 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 59 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 322,5 suma cukrów prostych [g] 35,9 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,3
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] 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 wędlina wieprzowa ogórek zielony herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE)		pomidorowa z ryżem (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Kotlet schabowy (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny twarożek z sera białego, rzodkiewki i kopru (MLE) sałata herbata czarna zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 189,6 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 71,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Węglowodany ogółem [g] 299,3 suma cukrów prostych [g] 57 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa ogórek zielony herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE)		pomidorowa z ryżem (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny twarożek z sera białego, rzodkiewki i kopru (MLE) sałata herbata czarna zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE) twarożek z sera białego, rzodkiewki i kopru (MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 960,9 Białko ogółem [g] 121,3 Tłuszcz [g] 66,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 228,7 suma cukrów prostych [g] 58,7 Sól [g] 3,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,2

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-22 wtorek	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) wędlina wieprzowa ogórek zielony herbata czarna kasza manna na mleku (GLU , MLE)	wafle	pomidorowa z ryżem (GLU , SOJ , MLE , SEL , GOR , SEZ) Kotlet schabowy (GLU , JAJ) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) Wędlina drobiowa	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) twarożek z sera białego, rzodkiewki i kopru (MLE) sałata herbata czarna zacierki na mleku (GLU , JAJ , MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 876,9 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 60,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 250,5 suma cukrów prostych [g] 49,5 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 22,2
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) wędlina wieprzowa ogórek zielony herbata czarna kasza manna na mleku (GLU , MLE)	wafle	pomidorowa z ryżem (GLU , SOJ , MLE , SEL , GOR , SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) Wędlina drobiowa	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) twarożek z sera białego, rzodkiewki i kopru (MLE) sałata herbata czarna zacierki na mleku (GLU , JAJ , MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 644 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 54,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 195,3 suma cukrów prostych [g] 48,7 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 14,8
2026-09-23 środa	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pasta z zielonego groszku herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (GLU , MLE) pomidor		zacierkowa (GLU , JAJ , SOJ , SEL , GOR , SEZ) hache mięso-warzywne (GLU , SEL) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiewka herbata czarna sałata	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 233,9 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 77,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7 Węglowodany ogółem [g] 302,5 suma cukrów prostych [g] 59 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,9
	Łatwostrawna (II)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pasta z zielonego groszku herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (GLU , MLE) pomidor		zacierkowa (GLU , JAJ , SOJ , SEL , GOR , SEZ) hache mięso-warzywne (GLU , SEL) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiewka herbata czarna sałata	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 953,7 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 78 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Węglowodany ogółem [g] 235,7 suma cukrów prostych [g] 58 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,5

2026-09-23 środa	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa jablko parzone herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)		zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) hache mięso-warzywne (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa ryż na mleku (MLE) herbata czarna sałata	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 893,9 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 57,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Węglowodany ogółem [g] 265,2 suma cukrów prostych [g] 79 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 28
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny sałata pasta z zielonego groszku herbata czarna ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)	jablko	zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) hache mięso-warzywne (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiewka herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 322,1 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 75,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Węglowodany ogółem [g] 347,3 suma cukrów prostych [g] 65,3 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 58,4
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 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 wędlina wieprzowa pasta z zielonego groszku herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE) pomidor		zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) hache mięso-warzywne (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiewka herbata czarna ryż na mleku (MLE) sałata	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 397,5 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 80,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 328,4 suma cukrów prostych [g] 70 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 38,4

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-23 środa	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasta z zielonego groszku herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE) wędlina wieprzowa pomidor		zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) hache mięsno-warzywne (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa rzodkiewka herbata czarna ryż na mleku (MLE) sałata	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 167,2 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 83,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Węglowodany ogółem [g] 267,7 suma cukrów prostych [g] 70,3 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) pasta z zielonego groszku herbata czarna pomidor płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE) wędlina wieprzowa	kisiel owocowy	zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) hache mięsno-warzywne (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) Wędlina drobiowa	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) Parówka drobiowa rzodkiewka herbata czarna ryż na mleku (MLE) sałata	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 039,1 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 65,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Węglowodany ogółem [g] 281 suma cukrów prostych [g] 74,6 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,4
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) pasta z zielonego groszku herbata czarna pomidor płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE) wędlina wieprzowa	kisiel owocowy	zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) hache mięsno-warzywne (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) Wędlina drobiowa	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) Parówka drobiowa rzodkiewka herbata czarna ryż na mleku (MLE) sałata	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 829 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,5 Węglowodany ogółem [g] 231,1 suma cukrów prostych [g] 73,9 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
2026-09-24 czwartek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa ser topiony (MLE) pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE)		jarzynowa (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Udko kurczaka duszone ryż na sypko sałata ze śmietaną (MLE) kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (MLE) dżem herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 312,3 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 83,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Węglowodany ogółem [g] 301,5 suma cukrów prostych [g] 56,8 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,4

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-24 czwartek	Łatwostrawna (II)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa ser topiony (MLE) pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE)		jarzynowa I. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) udko kurczaka gotowane ryż na sypko sałata z olejem kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (MLE) dżem herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 032,5 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 79,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 235 suma cukrów prostych [g] 55,5 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 14,5
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa jablko parzone herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE)		jarzynowa I. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa makaron na mleku (GLU, MLE) herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 899,9 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 67 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22 Węglowodany ogółem [g] 239 suma cukrów prostych [g] 72,1 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pomidor sałata herbata czarna ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)	wafle	jarzynowa I. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane sałata z olejem kompot	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (MLE) rzodkiewka herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 097,7 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 69 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Węglowodany ogółem [g] 293,8 suma cukrów prostych [g] 36,4 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 44,2
	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] 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

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-24 czwartek	Podstawowa C1	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE) ser topiony (MLE)		jarzynowa (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Udko kurczaka duszone ryż na sypko sałata ze śmietaną (MLE) kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (MLE) dżem herbata czarna makaron na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 533,3 Białko ogółem [g] 112,2 Tłuszcz [g] 88,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 333,2 suma cukrów prostych [g] 69,1 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,2
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE) ser topiony (MLE)		jarzynowa I. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) udko kurczaka gotowane ryż na sypko sałata z olejem kompot		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (MLE) dżem herbata czarna makaron na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 253,5 Białko ogółem [g] 112,4 Tłuszcz [g] 85,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 266,7 suma cukrów prostych [g] 67,7 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,2
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) wędlina wieprzowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE) ser topiony (MLE)	budyń na mleku (MLE)	jarzynowa (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Udko kurczaka duszone ryż na sypko sałata z olejem kompot	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) pasztecik drobiowy	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) Ser biały (MLE) dżem herbata czarna makaron na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 124,7 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 83,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4 Węglowodany ogółem [g] 256,5 suma cukrów prostych [g] 65,6 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,6
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) wędlina wieprzowa pomidor sałata herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE) ser topiony (MLE)	budyń na mleku (MLE)	jarzynowa I. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Udko kurczaka duszone ryż na sypko sałata z olejem kompot	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) pasztecik drobiowy	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) Ser biały (MLE) dżem herbata czarna makaron na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 902 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 82,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 Węglowodany ogółem [g] 206,6 suma cukrów prostych [g] 64,7 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 13

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-25 piątek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek (JAJ, GOR) pomidor sałata ryż na mleku (MLE) herbata czarna		krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba smażona (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z majonezem (JAJ, SEL, GOR) kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 931 Białko ogółem [g] 72,5 Tłuszcz [g] 65,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 Węglowodany ogółem [g] 276,9 suma cukrów prostych [g] 45,8 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	Łatwostrawna (II)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek (JAJ, GOR) pomidor sałata ryż na mleku (MLE) herbata czarna		krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem (SEL) kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 738,6 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 54,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5 Węglowodany ogółem [g] 240,2 suma cukrów prostych [g] 45,8 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 21
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa jabłko parzone ryż na mleku (MLE) herbata czarna		krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane sos warzywny (GLU, SEL) kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE) herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 009,1 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3 Węglowodany ogółem [g] 291,5 suma cukrów prostych [g] 72,4 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,5
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek (JAJ, GOR) pomidor sałata ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna	wafle	krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem (SEL) kompot	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser żółty (MLE)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy herbata czarna ogórek kwaszony	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 159,7 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 64,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 325,8 suma cukrów prostych [g] 40,3 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 47,4

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-25 piątek	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 3,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Podstawowa C1	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek (JAJ, GOR) pomidor sałata ryż na mleku (MLE) herbata czarna		krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba smażona (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z majonezem (JAJ, SEL, GOR) kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 165,5 Białko ogółem [g] 85,5 Tłuszcz [g] 72,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Węglowodany ogółem [g] 307,5 suma cukrów prostych [g] 58,2 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,5
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasta z jajek (JAJ, GOR) pomidor sałata ryż na mleku (MLE) herbata czarna		krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem (SEL) kompot		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony herbata czarna Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 831,9 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 Węglowodany ogółem [g] 243,6 suma cukrów prostych [g] 57,2 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,6
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) pasta z jajek (JAJ, GOR) pomidor sałata ryż na mleku (MLE) herbata czarna	budyń na mleku (MLE)	krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba smażona (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z majonezem (JAJ, SEL, GOR) kompot	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) ser żółty (MLE)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) pasztecik drobiowy herbata czarna Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE) ogórek kwaszony	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 919,7 Białko ogółem [g] 79,7 Tłuszcz [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Węglowodany ogółem [g] 261,5 suma cukrów prostych [g] 61,8 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,1

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-25 piątek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) pasta z jajek (JAJ, GOR) pomidor sałata ryż na mleku (MLE) herbata czarna	budyń na mleku (MLE)	krupnik (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) ryba gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane surówka wielowarzynna z olejem (SEL) kompot	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) ser żółty (MLE)	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) pasztecik drobiowy herbata czarna Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE) ogórek kwaszony	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 656,1 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 54,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Węglowodany ogółem [g] 214,3 suma cukrów prostych [g] 60,9 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 18,4
	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa ogórek zielony sałata herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE)		barszcz biały (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) klopsiki (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane sałata ze śmietaną (MLE) kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) kapusta pekińska	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 062,6 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Węglowodany ogółem [g] 280,8 suma cukrów prostych [g] 39,8 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,2
	Łatwostrawna (II)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa ogórek zielony sałata herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE)		barszcz biały I. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane sałata z olejem kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) kapusta pekińska	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 119,3 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 78,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Węglowodany ogółem [g] 256 suma cukrów prostych [g] 39,4 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 18,6
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa jabłko parzone herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE)		koperkowa (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 180,9 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 63,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 307,2 suma cukrów prostych [g] 72,7 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,1

2026-09-26 sobota	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa ogórek zielony sałata herbata czarna ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)	wafle ryżowe	barszcz biały I. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane sałata z olejem kompot	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) kapusta pekińska	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 486,1 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 83,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 342,1 suma cukrów prostych [g] 34 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 45,1
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kompot		ziemniaczana z dodatkiem białkowym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 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 wędlina wieprzowa ogórek zielony sałata herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE)		klopsiki (GLU, JAJ) klopsiki (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane sałata z olejem kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) kapusta pekińska płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 078,4 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Węglowodany ogółem [g] 265,2 suma cukrów prostych [g] 44,4 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa ogórek zielony sałata herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE)		barszcz biały I. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane sałata z olejem kompot		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) kapusta pekińska płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 339,3 Białko ogółem [g] 116,4 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 288,1 suma cukrów prostych [g] 51,9 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 21

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-26 sobota	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) wędlina wieprzowa ogórek zielony sałata herbata czarna kasza manna na mleku (GLU , MLE)	wafle ryżowe	barszcz biały I. (GLU , SOJ , SEL , GOR , SEZ) klopsiki (GLU , JAJ) Ziemniaki gotowane sałata ze śmietaną (MLE) kompot	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) Wędlina drobiowa	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) ser topiony (MLE) kapusta pekińska płatki jęczmiennne na mleku (GLU , MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 981,2 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 65,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 260,6 suma cukrów prostych [g] 41,8 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 23,7
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) wędlina wieprzowa ogórek zielony sałata herbata czarna kasza manna na mleku (GLU , MLE)	wafle ryżowe	barszcz biały I. (GLU , SOJ , SEL , GOR , SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU , JAJ) Ziemniaki gotowane sałata z olejem kompot	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) Wędlina drobiowa	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) ser topiony (MLE) kapusta pekińska płatki jęczmiennne na mleku (GLU , MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 801,4 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Węglowodany ogółem [g] 210,4 suma cukrów prostych [g] 40,9 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 17,4
2026-09-27 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pomidor sałata herbata czarna ryż na mleku (MLE)		zacierkowa (GLU , JAJ , SOJ , SEL , GOR , SEZ) Kotlet schabowy (GLU , JAJ) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 970,3 Białko ogółem [g] 80 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 292,6 suma cukrów prostych [g] 52,7 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pomidor sałata herbata czarna ryż na mleku (MLE)		zacierkowa (GLU , JAJ , SOJ , SEL , GOR , SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 781,6 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 Węglowodany ogółem [g] 244,7 suma cukrów prostych [g] 52,7 Sól [g] 5,1 Błonnik pokarmowy [g] 19

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-27 niedziela	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa herbata czarna ryż na mleku (MLE)		zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa Kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 911,2 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 Węglowodany ogółem [g] 266,7 suma cukrów prostych [g] 61,1 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,4
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pomidor sałata herbata czarna ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)	chrupki kukurydziane	zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane (JAJ)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 090,9 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7 Węglowodany ogółem [g] 314,5 suma cukrów prostych [g] 41,1 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,6
	Papkováta	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] 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 wędlina wieprzowa pomidor sałata herbata czarna ryż na mleku (MLE)		zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Kotlet schabowy (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony Kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 164,8 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Węglowodany ogółem [g] 319,8 suma cukrów prostych [g] 65,1 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,8

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-27 niedziela	Łatwostrawna C2	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa pomidor sałata herbata czarna ryż na mleku (MLE)		zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy ogórek kwaszony Kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 976,1 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 58,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Węglowodany ogółem [g] 272 suma cukrów prostych [g] 65 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,2
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) wędlina wieprzowa pomidor sałata herbata czarna ryż na mleku (MLE)	chrupki kukurydziane	zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Kotlet schabowy (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) jajko gotowane (JAJ)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) pasztecik drobiowy ogórek kwaszony Kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 830 Białko ogółem [g] 82,5 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 Węglowodany ogółem [g] 253,5 suma cukrów prostych [g] 48,7 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) wędlina wieprzowa pomidor sałata herbata czarna ryż na mleku (MLE)	chrupki kukurydziane	zacierkowa (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ) Schab gotowany (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) jajko gotowane (JAJ)	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) pasztecik drobiowy ogórek kwaszony Kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 570,1 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 51 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Węglowodany ogółem [g] 195,2 suma cukrów prostych [g] 48,1 Sól [g] 4,5 Błonnik pokarmowy [g] 16,1
2026-09-28 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa musztarda (GOR) pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)		neapolitańska (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) roladka z piersi indyka (GLU, JAJ, MLE) Ziemniaki gotowane sałatka wiosenna (JAJ, GOR) kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa rzodkiewka herbata czarna	KEFIR (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 159,8 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 87,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7 Węglowodany ogółem [g] 272,2 suma cukrów prostych [g] 41,7 Sól [g] 6,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,2

2026-09-28 poniedziałek	Łatwostrawna (II)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)		neapolitańska (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane sałata z olejem kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa rzodkiewka herbata czarna	KEFIR (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 733,2 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 60,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 Węglowodany ogółem [g] 223,5 suma cukrów prostych [g] 38,1 Sól [g] 5 Błonnik pokarmowy [g] 17,9
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka herbata czarna Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) jablko parzone		koperkowa (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE) herbata czarna	KEFIR (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 667,8 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 43,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1 Węglowodany ogółem [g] 243,5 suma cukrów prostych [g] 71,7 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,2
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor sałata herbata czarna ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)	wafle ryżowe	neapolitańska (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane sałata z olejem kompot	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny Ser biały (MLE)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa rzodkiewka herbata czarna	KEFIR (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 161,2 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 326 suma cukrów prostych [g] 34,5 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,2
	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	KEFIR (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 931,2 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 236,1 suma cukrów prostych [g] 42,9 Sól [g] 3,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,3

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-28 poniedziałek	Podstawowa C1	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor sałata herbata czarna ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)		neapolitańska (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) roladka z piersi indyka (GLU, JAJ, MLE) Ziemniaki gotowane sałatka wiosenna (JAJ, GOR) kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa rzodkiewka herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)	KEFIR (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 280,4 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 86,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Węglowodany ogółem [g] 304,2 suma cukrów prostych [g] 44,8 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 32
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE) pomidor		neapolitańska (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane sałata z olejem kompot		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa rzodkiewka herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)	KEFIR (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 823,4 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 64,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 230,9 suma cukrów prostych [g] 51,5 Sól [g] 5,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,1
	Podstawowa P1 (IV - DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) Parówka drobiowa pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)	kisiel owocowy	neapolitańska (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) roladka z piersi indyka (GLU, JAJ, MLE) Ziemniaki gotowane sałatka wiosenna (JAJ, GOR) kompot	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) Ser biały (MLE)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) Wędlina drobiowa rzodkiewka herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)	jogurt owocowy (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 011,4 Białko ogółem [g] 82,4 Tłuszcz [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Węglowodany ogółem [g] 262,6 suma cukrów prostych [g] 63 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) Parówka drobiowa pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku (GLU, MLE)	kisiel owocowy	neapolitańska (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane sałata z olejem kompot	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) Ser biały (MLE)	bułka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) Wędlina drobiowa rzodkiewka herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku (GLU, MLE)	jogurt owocowy (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 652,7 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 56,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Węglowodany ogółem [g] 210 suma cukrów prostych [g] 59,9 Sól [g] 4,8 Błonnik pokarmowy [g] 16,5

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-29 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) jajko gotowane (JAJ) Wędlina drobiowa sałata ogórek kwaszony herbata czarna ryż na mleku (MLE)		barszcz czerwony l. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (GLU) Ziemniaki gotowane pomidor kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) ogórek zielony herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 983,2 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 64,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Węglowodany ogółem [g] 272,4 suma cukrów prostych [g] 49,1 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Łatwostrawna (II)	bulka wrocławska (GLU) jajko gotowane (JAJ) Wędlina drobiowa sałata ogórek kwaszony herbata czarna ryż na mleku (MLE)		barszcz czerwony l. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (GLU) Ziemniaki gotowane pomidor kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) ogórek zielony herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 703 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 64,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Węglowodany ogółem [g] 205,8 suma cukrów prostych [g] 48,1 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 17,2
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bulka wrocławska (GLU) jabłko parzone Wędlina drobiowa mix tłuszczowy roślinny herbata czarna ryż na mleku (MLE)		barszcz czerwony l. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) pulpety w sosie własnym (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE) herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 886,3 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 54 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6 Węglowodany ogółem [g] 275,4 suma cukrów prostych [g] 77,7 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (GLU) jajko gotowane (JAJ) Wędlina drobiowa sałata ogórek kwaszony herbata czarna ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony l. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (GLU) Ziemniaki gotowane pomidor kompot	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny ogórek zielony herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 310 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 77 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Węglowodany ogółem [g] 319,4 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 45

2026-09-29 wtorek	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] 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) jajko gotowane (JAJ) Wędlina drobiowa sałata ogórek kwaszony herbata czarna ryż na mleku (MLE)		barszcz czerwony l. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (GLU) Ziemniaki gotowane pomidor kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny ogórek zielony herbata czarna Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 249,8 Białko ogółem [g] 110,3 Tłuszcz [g] 69,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Węglowodany ogółem [g] 308,2 suma cukrów prostych [g] 61,5 Sól [g] 6,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (GLU) jajko gotowane (JAJ) Wędlina drobiowa sałata ogórek kwaszony herbata czarna ryż na mleku (MLE)		barszcz czerwony l. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (GLU) Ziemniaki gotowane pomidor kompot		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny ser topiony (MLE) ogórek zielony herbata czarna Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 120,6 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 83,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Węglowodany ogółem [g] 242,2 suma cukrów prostych [g] 61 Sól [g] 5,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,9
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) Wędlina drobiowa sałata ogórek kwaszony herbata czarna ryż na mleku (MLE)	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony l. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (GLU) Ziemniaki gotowane pomidor kompot	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) wędlina wieprzowa	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) ser topiony (MLE) herbata czarna Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE)	jogurt owocowy (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 163,9 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 85,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 252,6 suma cukrów prostych [g] 54 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,9

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-29 wtorek	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) Wędlina drobiowa sałata ogórek kwaszony herbata czarna ryż na mleku (MLE)	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony l. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) wątróbka wieprzowa w sosie własnym (GLU) Ziemniaki gotowane pomidor kompot	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) wędlina wieprzowa	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) ser topiony (MLE) herbata czarna Zacierki na mleku (GLU, JAJ, MLE)	jogurt owocowy (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 953,6 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 85,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Węglowodany ogółem [g] 202,6 suma cukrów prostych [g] 53,4 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 16,7
	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny pomidor ciasto drożdżowe (GLU) miód sałata kasza manna na mleku (GLU, MLE)		pomidorowa z ryżem l. (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kotlet z piersi indyka (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane buraki zasmażane (GLU) kompot sos własny (GLU, SEL)		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa rzodkiewka herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 090,3 Białko ogółem [g] 80,2 Tłuszcz [g] 69,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 300,8 suma cukrów prostych [g] 53,2 Sól [g] 5,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	Łatwostrawna (II)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny pomidor ciasto drożdżowe (GLU) jajko gotowane (JAJ) sałata kasza manna na mleku (GLU, MLE)		pomidorowa z ryżem l. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot sos własny (GLU, SEL)		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa rzodkiewka herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 811,6 Białko ogółem [g] 81,2 Tłuszcz [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 Węglowodany ogółem [g] 252,9 suma cukrów prostych [g] 61,4 Sól [g] 4,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,5
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa jabłko parzone herbata czarna kasza manna na mleku (GLU, MLE)		ryżanka (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot sos własny (GLU, SEL)		bulka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny Wędlina drobiowa Kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE) herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 736,1 Białko ogółem [g] 78,7 Tłuszcz [g] 45,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2 Węglowodany ogółem [g] 264,5 suma cukrów prostych [g] 80,5 Sól [g] 4,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,8

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-30 środa	Z ogira łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny pomidor jajko gotowane (JAJ) herbata czarna ziemniaczana (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ)	kisiel owocowy	pomidorowa z ryżem l. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot sos własny (GLU, SEL)	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy	chleb razowy (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa rzodkiewka herbata czarna	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 956,8 Białko ogółem [g] 76 Tłuszcz [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,1 Węglowodany ogółem [g] 317,7 suma cukrów prostych [g] 58,2 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 44,6
	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] 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 pomidor ciasto drożdżowe (GLU) miód kasza manna na mleku (GLU, MLE) sałata		pomidorowa z ryżem (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kotlet z piersi indyka (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane buraki zasmażane (GLU) kompot		pieczywo mieszane (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa rzodkiewka herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 250,2 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Węglowodany ogółem [g] 320,5 suma cukrów prostych [g] 64,5 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny pomidor ciasto drożdżowe (GLU) jajko gotowane (JAJ) sałata kasza manna na mleku (GLU, MLE)		pomidorowa z ryżem l. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot sos własny (GLU, SEL)		bułka wrocławska (GLU) mix tłuszczowy roślinny wędlina wieprzowa rzodkiewka herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 860,6 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 59 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 256,4 suma cukrów prostych [g] 69,5 Sól [g] 4,7 Błonnik pokarmowy [g] 22

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-09-30 środa	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) pomidor ciasto drożdżowe (GLU) miód sałata kasza manna na mleku (GLU, MLE)	kisiel owocowy	pomidorowa z ryżem (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) kotlet z piersi indyka (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) pasztecik drobiowy	pieczywo mieszane (GLU) masło śmietankowe (MLE) wędlina wieprzowa rzodkiewka herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 934,8 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 65,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Węglowodany ogółem [g] 273,1 suma cukrów prostych [g] 69,3 Sól [g] 5,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,5
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) pomidor ciasto drożdżowe (GLU) jajko gotowane (JAJ) sałata kasza manna na mleku (GLU, MLE)	kisiel owocowy	pomidorowa z ryżem l. (GLU, SOJ, SEL, GOR, SEZ) bitka z piersi indyka gotowana (GLU) Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot sos własny (GLU, SEL)	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) pasztecik drobiowy	bulka wrocławska (GLU) masło śmietankowe (MLE) wędlina wieprzowa rzodkiewka herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE)	jogurt naturalny (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 582,9 Białko ogółem [g] 74,6 Tłuszcz [g] 48,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Węglowodany ogółem [g] 222,1 suma cukrów prostych [g] 69,3 Sól [g] 4,1 Błonnik pokarmowy [g] 17,9

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,