Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-11-21 do dnia 2026-11-30 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-11-21 sobota	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba smażona Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 207,5** **Białko ogółem [g] 83,9** **Tłuszcz [g] 76,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8** **Węglowodany ogółem [g] 310** **suma cukrów prostych [g] 63,8** **Sól [g] 6,5** **Błonnik pokarmowy [g] 30,2**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 867,8** **Białko ogółem [g] 89,6** **Tłuszcz [g] 62,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2** **Węglowodany ogółem [g] 246,5** **suma cukrów prostych [g] 62,8** **Sól [g] 5,1** **Błonnik pokarmowy [g] 21**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki jabłko parzone herbata czarna Płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 032,6** **Białko ogółem [g] 105,5** **Tłuszcz [g] 56** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4** **Węglowodany ogółem [g] 291,1** **suma cukrów prostych [g] 85,7** **Sól [g] 5,1** **Błonnik pokarmowy [g] 28,7**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor sałata herbata czarna ziemniaczana	jabłko	ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały rzodkiew	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 155** **Białko ogółem [g] 88,3** **Tłuszcz [g] 65,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8** **Węglowodany ogółem [g] 326,6** **suma cukrów prostych [g] 49,6** **Sól [g] 7,7** **Błonnik pokarmowy [g] 48,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-21 sobota	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 Parówka drobiowa pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba smażona Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 362,4 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 333,4 suma cukrów prostych [g] 74,6 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,9**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku		ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Ser biały dżem Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 062,3 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Węglowodany ogółem [g] 273,8 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sól [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,2**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe Parówka drobiowa pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jabłko	ryżanka ryba smażona Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały dżem Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 993,3 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 73 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Węglowodany ogółem [g] 266,6 suma cukrów prostych [g] 72,5 Sól [g] 5,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-11-21 do dnia 2026-11-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-21 sobota	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe Parówka drobiowa pomidor sałata herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jabłko	ryżanka ryba gotowana Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały dżem Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 659,6** **Białko ogółem [g] 79,4** **Tłuszcz [g] 57,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9** **Węglowodany ogółem [g] 215,3** **suma cukrów prostych [g] 71,9** **Sól [g] 4,4** **Błonnik pokarmowy [g] 19,3**
2026-11-22 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna ryż na mleku		neapolitańska Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z czerwonej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 976,5** **Białko ogółem [g] 82,3** **Tłuszcz [g] 56,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5** **Węglowodany ogółem [g] 301,2** **suma cukrów prostych [g] 50,8** **Sól [g] 5,6** **Błonnik pokarmowy [g] 30,9**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna ryż na mleku		neapolitańska Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 682,9** **Białko ogółem [g] 87,7** **Tłuszcz [g] 51,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2** **Węglowodany ogółem [g] 227,4** **suma cukrów prostych [g] 45,9** **Sól [g] 3,9** **Błonnik pokarmowy [g] 20**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka herbata czarna ryż na mleku jablko parzone		ziemniaczana Schab gotowany Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 944,3** **Białko ogółem [g] 99** **Tłuszcz [g] 55,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5** **Węglowodany ogółem [g] 273,1** **suma cukrów prostych [g] 80,3** **Sól [g] 4,4** **Błonnik pokarmowy [g] 23,1**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-22 niedziela	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna ziemniaczana	chrupki kukurydziane	neapolitańska Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,5** **Białko ogółem [g] 84,8** **Tłuszcz [g] 60,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,7** **Węglowodany ogółem [g] 311,4** **suma cukrów prostych [g] 35,3** **Sól [g] 7,4** **Błonnik pokarmowy [g] 46,5**
	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 ogonówka sałata herbata czarna ryż na mleku		neapolitańska Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z czerwonej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy rzodkiew herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 286,6** **Białko ogółem [g] 98,4** **Tłuszcz [g] 65,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1** **Węglowodany ogółem [g] 342,6** **suma cukrów prostych [g] 68,3** **Sól [g] 6** **Błonnik pokarmowy [g] 33,3**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka sałata herbata czarna ryż na mleku Płatki owsiane na mleku		neapolitańska Schab gotowany Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy rzodkiew herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 993** **Białko ogółem [g] 103,8** **Tłuszcz [g] 60,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8** **Węglowodany ogółem [g] 268,8** **suma cukrów prostych [g] 63,3** **Sól [g] 4,3** **Błonnik pokarmowy [g] 22,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-11-21 do dnia 2026-11-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-22 niedziela	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe ogonówka sałata herbata czarna ryż na mleku	chrupki kukurydziane	neapolitańska Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z czerwonej kapusty kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe kiełbasa krakowska	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy rzodkiew herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 838,4** **Białko ogółem [g] 83,3** **Tłuszcz [g] 59,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27** **Węglowodany ogółem [g] 257,8** **suma cukrów prostych [g] 47,1** **Sól [g] 5,6** **Błonnik pokarmowy [g] 28,2**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe ogonówka sałata herbata czarna ryż na mleku	chrupki kukurydziane	neapolitańska Schab gotowany Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe kiełbasa krakowska	bułka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy rzodkiew herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 488,4** **Białko ogółem [g] 79,6** **Tłuszcz [g] 48,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3** **Węglowodany ogółem [g] 191,8** **suma cukrów prostych [g] 45,8** **Sól [g] 4,3** **Błonnik pokarmowy [g] 17,7**
2026-11-23 poniedziałek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ciasto drożdżowe miód kakao jabłko makaron na mleku		szczawiowa z jajkiem kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 352,4** **Białko ogółem [g] 91,8** **Tłuszcz [g] 71,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6** **Węglowodany ogółem [g] 351,9** **suma cukrów prostych [g] 78,7** **Sól [g] 5,7** **Błonnik pokarmowy [g] 35,2**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ciasto drożdżowe miód kakao jabłko makaron na mleku		grysikowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 865,3** **Białko ogółem [g] 83,4** **Tłuszcz [g] 48,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1** **Węglowodany ogółem [g] 287,5** **suma cukrów prostych [g] 76,9** **Sól [g] 4,2** **Błonnik pokarmowy [g] 26,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-23 poniedziałek	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka herbata czarna jablko parzone makaron na mleku		grysikowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 781,7** **Białko ogółem [g] 93,1** **Tłuszcz [g] 45,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,9** **Węglowodany ogółem [g] 263,1** **suma cukrów prostych [g] 75,2** **Sól [g] 5,4** **Błonnik pokarmowy [g] 25,1**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki ser żółty jabłko herbata czarna ziemniaczana	wafle	grysikowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 180,8** **Białko ogółem [g] 102,2** **Tłuszcz [g] 55,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,4** **Węglowodany ogółem [g] 343** **suma cukrów prostych [g] 53,2** **Sól [g] 7,5** **Błonnik pokarmowy [g] 50,7**
	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 ciasto drożdżowe miód kakao jabłko makaron na mleku		szczawiowa z jajkiem kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 404,7** **Białko ogółem [g] 95** **Tłuszcz [g] 73,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4** **Węglowodany ogółem [g] 357,5** **suma cukrów prostych [g] 81,2** **Sól [g] 5,8** **Błonnik pokarmowy [g] 35,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-23 poniedziałek	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ciasto drożdżowe miód kakao jabłko makaron na mleku		grysikowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 099,8** **Białko ogółem [g] 96,4** **Tłuszcz [g] 55,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,6** **Węglowodany ogółem [g] 318,1** **suma cukrów prostych [g] 89,3** **Sól [g] 4,5** **Błonnik pokarmowy [g] 27,4**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	masło śmietankowe pieczywo mieszane miód kakao jabłko makaron na mleku budyń na mleku		grysikowa kotlet z piersi indyka Ziemniaki gotowane surówka z białej kapusty kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały	pieczywo mieszane masło śmietankowe szynka gotowana kapusta pekińska herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 176,1** **Białko ogółem [g] 94,5** **Tłuszcz [g] 64,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9** **Węglowodany ogółem [g] 320** **suma cukrów prostych [g] 91,1** **Sól [g] 5** **Błonnik pokarmowy [g] 29,1**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	masło śmietankowe bułka wrocławska miód kakao jabłko makaron na mleku budyń na mleku		grysikowa bitka z piersi indyka gotowana Ziemniaki gotowane surówka wielowarzywna z olejem kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały	bułka wrocławska masło śmietankowe szynka gotowana kapusta pekińska herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 720,5** **Białko ogółem [g] 84,7** **Tłuszcz [g] 44** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5** **Węglowodany ogółem [g] 257,3** **suma cukrów prostych [g] 86,9** **Sól [g] 3,8** **Błonnik pokarmowy [g] 21,5**
2026-11-24 wtorek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska ser żółty rukola herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku		ogórkowa Udko kurczaka duszone ryż na sypko surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka pomidor	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 205,1** **Białko ogółem [g] 97,2** **Tłuszcz [g] 83,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29** **Węglowodany ogółem [g] 279,8** **suma cukrów prostych [g] 40,4** **Sól [g] 7,7** **Błonnik pokarmowy [g] 25,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-24 wtorek	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska ser topiony rukola herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku		ziemniaczana na soku udko kurczaka gotowane ryż na sypko surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka pomidor	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 879 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 78,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Węglowodany ogółem [g] 213,9 suma cukrów prostych [g] 39,6 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 16,5**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku jablko parzone		ziemniaczana na soku udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 875,9 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 68,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Węglowodany ogółem [g] 238,3 suma cukrów prostych [g] 77,6 Sól [g] 6,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,2**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska ser topiony rukola herbata czarna ziemniaczana	jabłko	ziemniaczana na soku udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane surówka z kapusty pekińskiej kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ogonówka pomidor	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 175 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 80,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Węglowodany ogółem [g] 294,5 suma cukrów prostych [g] 50,4 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 45,2**
	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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-24 wtorek	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska rukola herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku		ogórkowa Udko kurczaka duszone ryż na sypko surówka z kapusty pekińskiej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny ogonówka pomidor Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 331,2** **Białko ogółem [g] 100,3** **Tłuszcz [g] 83** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2** **Węglowodany ogółem [g] 309,4** **suma cukrów prostych [g] 52,9** **Sól [g] 7,4** **Błonnik pokarmowy [g] 27**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska ser topiony rukola herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku		ziemniaczana na soku udko kurczaka gotowane ryż na sypko surówka z kapusty pekińskiej kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny ogonówka pomidor Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 100,5** **Białko ogółem [g] 99,5** **Tłuszcz [g] 85,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9** **Węglowodany ogółem [g] 243,5** **suma cukrów prostych [g] 52,1** **Sól [g] 6,9** **Błonnik pokarmowy [g] 18,2**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe kiełbasa krakowska ser żółty rukola herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jablko parzone	ogórkowa Udko kurczaka duszone ryż na sypko surówka z kapusty pekińskiej kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy	pieczywo mieszane masło śmietankowe ogonówka pomidor Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 963,6** **Białko ogółem [g] 93,5** **Tłuszcz [g] 79,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9** **Węglowodany ogółem [g] 230,6** **suma cukrów prostych [g] 51,9** **Sól [g] 7** **Błonnik pokarmowy [g] 23,6**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe kiełbasa krakowska ser żółty rukola herbata czarna płatki jęczmiennne na mleku	jablko parzone	ziemniaczana na soku udko kurczaka gotowane ryż na sypko surówka z kapusty pekińskiej kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy	bułka wrocławska masło śmietankowe ogonówka pomidor Płatki owsiane na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 651,2** **Białko ogółem [g] 87,8** **Tłuszcz [g] 67,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5** **Węglowodany ogółem [g] 180,8** **suma cukrów prostych [g] 50,9** **Sól [g] 5,8** **Błonnik pokarmowy [g] 17**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-25 środa	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane pieprzowa z indyka ogórek kwaszony sałata kasza manna na mleku herbata czarna		fasolowa z suchej fasoli klopsiki sos pomidorowy kasza gryczana na sypko surówka z buraka i cebuli		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska jogurt naturalny		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 157,2** **Białko ogółem [g] 101,3** **Tłuszcz [g] 61** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1** **Węglowodany ogółem [g] 317,8** **suma cukrów prostych [g] 46,2** **Sól [g] 7,4** **Błonnik pokarmowy [g] 34,1**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane pieprzowa z indyka ogórek kwaszony sałata kasza manna na mleku herbata czarna		barszcz biały I. pulpety w sosie własnym sos pomidorowy kasza jęczmienna na sypko surówka z buraków i jabłka		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska jogurt naturalny		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 885,9** **Białko ogółem [g] 83,1** **Tłuszcz [g] 61,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4** **Węglowodany ogółem [g] 261,7** **suma cukrów prostych [g] 55,1** **Sól [g] 5,9** **Błonnik pokarmowy [g] 23,9**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jablko parzone kasza manna na mleku herbata czarna		barszcz biały I. pulpety w sosie własnym sos pomidorowy Ziemniaki gotowane buraki gotowane		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana ryż na mleku jogurt naturalny		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 877,7** **Białko ogółem [g] 83,6** **Tłuszcz [g] 56,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9** **Węglowodany ogółem [g] 270,1** **suma cukrów prostych [g] 78,6** **Sól [g] 5,5** **Błonnik pokarmowy [g] 22,5**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane pieprzowa z indyka ogórek kwaszony sałata ziemniaczana herbata czarna	chrupki kukurydziane	barszcz biały I. pulpety w sosie własnym sos pomidorowy kasza jęczmienna na sypko surówka z buraków i jabłka	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser żółty	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska jogurt naturalny		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 174,6** **Białko ogółem [g] 89,4** **Tłuszcz [g] 64,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18** **Węglowodany ogółem [g] 332,5** **suma cukrów prostych [g] 42,1** **Sól [g] 9** **Błonnik pokarmowy [g] 46,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-25 środa	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 jajko gotowane pieprzowa z indyka ogórek kwaszony sałata kasza manna na mleku herbata czarna		fasolowa z suchej fasoli klopsiki sos pomidorowy kasza gryczana na sypko surówka z buraka i cebuli		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska jogurt naturalny ryż na mleku		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 370,7** **Białko ogółem [g] 111,5** **Tłuszcz [g] 66,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1** **Węglowodany ogółem [g] 349,8** **suma cukrów prostych [g] 58,5** **Sól [g] 7,7** **Błonnik pokarmowy [g] 34,7**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane pieprzowa z indyka ogórek kwaszony sałata kasza manna na mleku herbata czarna		barszcz biały l. pulpety w sosie własnym sos pomidorowy kasza jęczmienna na sypko surówka z buraków i jabłka		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana kapusta pekińska jogurt naturalny ryż na mleku		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 099,4** **Białko ogółem [g] 93,3** **Tłuszcz [g] 66,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4** **Węglowodany ogółem [g] 293,7** **suma cukrów prostych [g] 67,4** **Sól [g] 6,2** **Błonnik pokarmowy [g] 24,5**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane pieprzowa z indyka ogórek kwaszony sałata kasza manna na mleku herbata czarna	chrupki kukurydziane	fasolowa z suchej fasoli klopsiki sos pomidorowy kasza gryczana na sypko surówka z buraka i cebuli	pieczywo mieszane masło śmietankowe ser żółty	pieczywo mieszane masło śmietankowe szynka gotowana kapusta pekińska ryż na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 907,6** **Białko ogółem [g] 96,2** **Tłuszcz [g] 56,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5** **Węglowodany ogółem [g] 267,4** **suma cukrów prostych [g] 46,6** **Sól [g] 6,8** **Błonnik pokarmowy [g] 29,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-25 środa	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane pieprzowa z indyka ogórek kwaszony sałata kasza manna na mleku herbata czarna	chrupki kukurydziane	barszcz biały l. klopsiki sos pomidorowy kasza jęczmienna na sypko surówka z buraków i jabłka	bułka wrocławska masło śmietankowe indyk z pasieki	bułka wrocławska masło śmietankowe szynka gotowana kapusta pekińska ryż na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 690,8** **Białko ogółem [g] 83,9** **Tłuszcz [g] 54,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1** **Węglowodany ogółem [g] 225,7** **suma cukrów prostych [g] 49,3** **Sól [g] 5,1** **Błonnik pokarmowy [g] 19,4**
2026-11-26 czwartek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby sałata jabłko herbata czarna Płatki owsiane na mleku		pomidorowa z makaronem karkówka duszona surówka z marchwi, ogórka i cebuli kompot Ziemniaki gotowane		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 106,1** **Białko ogółem [g] 93,3** **Tłuszcz [g] 72,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8** **Węglowodany ogółem [g] 285,7** **suma cukrów prostych [g] 65** **Sól [g] 5,2** **Błonnik pokarmowy [g] 31,1**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby sałata jabłko kawa zbożowa na mleku Płatki owsiane na mleku		pomidorowa z makaronem Schab gotowany surówka z marchwi i jabłka Ziemniaki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 749,2** **Białko ogółem [g] 95,3** **Tłuszcz [g] 53,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4** **Węglowodany ogółem [g] 235,2** **suma cukrów prostych [g] 73,2** **Sól [g] 3,8** **Błonnik pokarmowy [g] 25,1**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jablko parzone herbata czarna Płatki owsiane na mleku		ziemniaczana Schab gotowany marchewka gotowana Ziemniaki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny szynka gotowana herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 798,5** **Białko ogółem [g] 95,7** **Tłuszcz [g] 49,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4** **Węglowodany ogółem [g] 256,3** **suma cukrów prostych [g] 75,8** **Sól [g] 5,4** **Błonnik pokarmowy [g] 27,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-26 czwartek	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby sałata jabłko herbata czarna ziemniaczana	wafle	pomidorowa z makaronem Schab gotowany surówka z marchwi i jabłka Ziemniaki gotowane kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 202** **Białko ogółem [g] 99,1** **Tłuszcz [g] 58,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17** **Węglowodany ogółem [g] 343** **suma cukrów prostych [g] 58,6** **Sól [g] 7** **Błonnik pokarmowy [g] 48,8**
	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 pasta z sera białego i ryby sałata jabłko herbata czarna Płatki owsiane na mleku		pomidorowa z makaronem karkówka duszona surówka z marchwi, ogórka i cebuli kompot Ziemniaki gotowane		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 300,6** **Białko ogółem [g] 103,1** **Tłuszcz [g] 78** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8** **Węglowodany ogółem [g] 312,9** **suma cukrów prostych [g] 77,4** **Sól [g] 5,4** **Błonnik pokarmowy [g] 32,3**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby sałata jabłko kawa zbożowa na mleku Płatki owsiane na mleku		pomidorowa z makaronem Schab gotowany surówka z marchwi i jabłka Ziemniaki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 943,7** **Białko ogółem [g] 105,2** **Tłuszcz [g] 58,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4** **Węglowodany ogółem [g] 262,5** **suma cukrów prostych [g] 85,6** **Sól [g] 4,1** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-26 czwartek	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasta z sera białego i ryby sałata jabłko herbata czarna Płatki owsiane na mleku	wafle	pomidorowa z makaronem karkówka duszona surówka z marchwi, ogórka i cebuli kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe Parówka drobiowa	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 772,7** **Białko ogółem [g] 75,1** **Tłuszcz [g] 64,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29** **Węglowodany ogółem [g] 236,4** **suma cukrów prostych [g] 64,6** **Sól [g] 4,7** **Błonnik pokarmowy [g] 26,2**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe pasta z sera białego i ryby sałata jabłko herbata czarna Płatki owsiane na mleku	wafle	pomidorowa z makaronem Schab gotowany surówka z marchwi i jabłka kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe Parówka drobiowa	bułka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 459,5** **Białko ogółem [g] 69,6** **Tłuszcz [g] 49,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4** **Węglowodany ogółem [g] 194,8** **suma cukrów prostych [g] 68,4** **Sól [g] 3,5** **Błonnik pokarmowy [g] 22,5**
2026-11-27 piątek	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		barszcz ukraiński ryż z jabłkiem mleczko waniliowe kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 311,3** **Białko ogółem [g] 80,6** **Tłuszcz [g] 65,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,9** **Węglowodany ogółem [g] 367,8** **suma cukrów prostych [g] 117,9** **Sól [g] 5,3** **Błonnik pokarmowy [g] 36,2**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		barszcz czerwony I. ryż z jabłkiem mleczko waniliowe kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 011,7** **Białko ogółem [g] 71,1** **Tłuszcz [g] 63,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2** **Węglowodany ogółem [g] 301** **suma cukrów prostych [g] 115,4** **Sól [g] 3,7** **Błonnik pokarmowy [g] 25,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-27 piątek	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jabłko parzone Płatki owsiane na mleku herbata czarna		barszcz czerwony l. udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny indyk z pasieki herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 865,6** **Białko ogółem [g] 93,5** **Tłuszcz [g] 60,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8** **Węglowodany ogółem [g] 250,5** **suma cukrów prostych [g] 77,6** **Sól [g] 4,9** **Błonnik pokarmowy [g] 27,5**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata ziemniaczana herbata czarna	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony l. udko kurczaka gotowane Ziemniaki gotowane marchewka gotowana kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny ser żółty	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby kapusta pekińska herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 202,2** **Białko ogółem [g] 96,6** **Tłuszcz [g] 72,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6** **Węglowodany ogółem [g] 316,2** **suma cukrów prostych [g] 51,2** **Sól [g] 7,7** **Błonnik pokarmowy [g] 52,6**
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 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 jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		barszcz ukraiński ryż z jabłkiem mleczko wanilinowe kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby kapusta pekińska herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 427,8** **Białko ogółem [g] 89** **Tłuszcz [g] 65** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9** **Węglowodany ogółem [g] 389** **suma cukrów prostych [g] 123,7** **Sól [g] 5,3** **Błonnik pokarmowy [g] 35**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-27 piątek	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna		barszcz czerwony l. ryż z jabłkiem mleczko waniliowe kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasta z sera białego i ryby kapusta pekińska herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 232,7** **Białko ogółem [g] 82,6** **Tłuszcz [g] 69,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3** **Węglowodany ogółem [g] 332,7** **suma cukrów prostych [g] 127,6** **Sól [g] 4** **Błonnik pokarmowy [g] 26,5**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna	chrupki kukurydziane	barszcz ukraiński ryż z jabłkiem mleczko waniliowe kompot	chleb razowy masło śmietankowe ser żółty	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasta z sera białego i ryby kapusta pekińska herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 148,7** **Białko ogółem [g] 80,2** **Tłuszcz [g] 59,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27** **Węglowodany ogółem [g] 340** **suma cukrów prostych [g] 110,5** **Sól [g] 4,9** **Błonnik pokarmowy [g] 33,1**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe jajko gotowane sałatka jarzynowa sałata Płatki owsiane na mleku herbata czarna	chrupki kukurydziane	barszcz czerwony l. ryż z jabłkiem mleczko waniliowe kompot	chleb razowy masło śmietankowe indyk z pasieki	bułka wrocławska masło śmietankowe pasta z sera białego i ryby kapusta pekińska herbata czarna makaron na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 948,1** **Białko ogółem [g] 72,8** **Tłuszcz [g] 53,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9** **Węglowodany ogółem [g] 306,3** **suma cukrów prostych [g] 108,2** **Sól [g] 3,5** **Błonnik pokarmowy [g] 27,1**
2026-11-28 sobota	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata jablko parzone kasza manna na mleku herbata czarna		neapolitańska ryba smażona Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 175,7** **Białko ogółem [g] 81,1** **Tłuszcz [g] 84,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5** **Węglowodany ogółem [g] 286,1** **suma cukrów prostych [g] 52,9** **Sól [g] 7,2** **Błonnik pokarmowy [g] 28,9**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-28 sobota	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata jablko parzone kasza manna na mleku herbata czarna		neapolitańska ryba gotowana Ziemniaki gotowane sos warzywny kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 987,2** **Białko ogółem [g] 86,4** **Tłuszcz [g] 80,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5** **Węglowodany ogółem [g] 241,2** **suma cukrów prostych [g] 59,7** **Sól [g] 5,4** **Błonnik pokarmowy [g] 25,2**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka jablko parzone kasza manna na mleku herbata czarna		ziemniaczana ryba gotowana Ziemniaki gotowane sos warzywny kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska Kasza jęczmienna na mleku herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 969,8** **Białko ogółem [g] 93,7** **Tłuszcz [g] 67,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4** **Węglowodany ogółem [g] 259,7** **suma cukrów prostych [g] 70,4** **Sól [g] 5,7** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata ziemniaczana herbata czarna	wafle	neapolitańska ryba gotowana Ziemniaki gotowane sos warzywny kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Ser biały	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 353,5** **Białko ogółem [g] 98,4** **Tłuszcz [g] 82,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5** **Węglowodany ogółem [g] 327,3** **suma cukrów prostych [g] 38** **Sól [g] 8,2** **Błonnik pokarmowy [g] 46**
	Papkowata	ziemniaczana z dodatkiem białkowym 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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-28 sobota	Podstawowa C1	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata jablko parzone kasza manna na mleku herbata czarna		neapolitańska ryba smażona Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 370,2** **Białko ogółem [g] 91** **Tłuszcz [g] 90,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6** **Węglowodany ogółem [g] 313,4** **suma cukrów prostych [g] 65,3** **Sól [g] 7,5** **Błonnik pokarmowy [g] 30,1**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa sałata jablko parzone kasza manna na mleku herbata czarna		neapolitańska ryba gotowana Ziemniaki gotowane sos warzywny kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kiełbasa krakowska pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 181,7** **Białko ogółem [g] 96,3** **Tłuszcz [g] 86,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6** **Węglowodany ogółem [g] 268,4** **suma cukrów prostych [g] 72,1** **Sól [g] 5,7** **Błonnik pokarmowy [g] 26,4**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe Parówka drobiowa sałata kasza manna na mleku herbata czarna	wafle	neapolitańska ryba smażona Ziemniaki gotowane surówka z kapusty kwaszonej kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe Ser biały	pieczywo mieszane masło śmietankowe kiełbasa krakowska pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 951,7** **Białko ogółem [g] 81,1** **Tłuszcz [g] 77,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2** **Węglowodany ogółem [g] 243,2** **suma cukrów prostych [g] 41,7** **Sól [g] 6,6** **Błonnik pokarmowy [g] 23,2**
	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe Parówka drobiowa sałata kasza manna na mleku herbata czarna	wafle	neapolitańska ryba gotowana Ziemniaki gotowane sos warzywny kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe Ser biały	bułka wrocławska masło śmietankowe kiełbasa krakowska pomidor herbata czarna Kasza jęczmienna na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 742,4** **Białko ogółem [g] 79,8** **Tłuszcz [g] 72,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9** **Węglowodany ogółem [g] 203,1** **suma cukrów prostych [g] 45,2** **Sól [g] 4,9** **Błonnik pokarmowy [g] 18,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-29 niedziela	Podstawowa (I)	pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa kapusta pekińska jajko gotowane herbata czarna Płatki owsiane na mleku		pomidorowa z ryżem Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z czerwonej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 980** **Białko ogółem [g] 84,3** **Tłuszcz [g] 67,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9** **Węglowodany ogółem [g] 273,8** **suma cukrów prostych [g] 48,5** **Sól [g] 5** **Błonnik pokarmowy [g] 30,8**
	Łatwostrawna (II)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa kapusta pekińska jajko gotowane herbata czarna Płatki owsiane na mleku		pomidorowa z ryżem Schab gotowany Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 685,1** **Białko ogółem [g] 90,3** **Tłuszcz [g] 61,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3** **Węglowodany ogółem [g] 202,7** **suma cukrów prostych [g] 52,2** **Sól [g] 3,7** **Błonnik pokarmowy [g] 19,8**
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu (V-pooperacyjna)	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa jablko parzone herbata czarna Płatki owsiane na mleku		ryżanka Schab gotowany Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pieprzowa z indyka herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 014,5** **Białko ogółem [g] 105,1** **Tłuszcz [g] 63,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22** **Węglowodany ogółem [g] 266,4** **suma cukrów prostych [g] 79,7** **Sól [g] 5,5** **Błonnik pokarmowy [g] 23,1**
	Z ogra łatwo przysw węgl (CUKRZYCOWA)	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa kapusta pekińska jajko gotowane herbata czarna ziemniaczana	jabłko	pomidorowa z ryżem Schab gotowany Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny Parówka drobiowa	chleb razowy mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 167,7** **Białko ogółem [g] 95,3** **Tłuszcz [g] 69,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21** **Węglowodany ogółem [g] 311,7** **suma cukrów prostych [g] 55,5** **Sól [g] 6,9** **Błonnik pokarmowy [g] 45,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-29 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 kiełbasa szynkowa kapusta pekińska jajko gotowane herbata czarna Płatki owsiane na mleku		pomidorowa z ryżem Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z czerwonej kapusty kompot		pieczywo mieszane mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 214,5** **Białko ogółem [g] 97,3** **Tłuszcz [g] 74,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4** **Węglowodany ogółem [g] 304,4** **suma cukrów prostych [g] 60,9** **Sól [g] 5,3** **Błonnik pokarmowy [g] 31,4**
	Łatwostrawna C2	bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny kiełbasa szynkowa kapusta pekińska jajko gotowane herbata czarna Płatki owsiane na mleku		pomidorowa z ryżem Schab gotowany Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot		bułka wrocławska mix tłuszczowy roślinny pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 919,6** **Białko ogółem [g] 103,3** **Tłuszcz [g] 68,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8** **Węglowodany ogółem [g] 233,3** **suma cukrów prostych [g] 64,6** **Sól [g] 4** **Błonnik pokarmowy [g] 20,3**
	Podstawowa P1 (IV -DZI)	pieczywo mieszane masło śmietankowe kiełbasa szynkowa kapusta pekińska jajko gotowane herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jabłko	pomidorowa z ryżem Kotlet schabowy Ziemniaki gotowane surówka z czerwonej kapusty kompot	pieczywo mieszane masło śmietankowe Parówka drobiowa	pieczywo mieszane masło śmietankowe pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 784,8** **Białko ogółem [g] 74,3** **Tłuszcz [g] 61,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,3** **Węglowodany ogółem [g] 247,8** **suma cukrów prostych [g] 64,3** **Sól [g] 4,3** **Błonnik pokarmowy [g] 29,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-29 niedziela	Łatwostrawna P2 (III - DZI)	bułka wrocławska masło śmietankowe kiełbasa szynkowa kapusta pekińska jajko gotowane herbata czarna Płatki owsiane na mleku	jabłko	pomidorowa z ryżem Schab gotowany Ziemniaki gotowane buraki gotowane kompot	bułka wrocławska masło śmietankowe Parówka drobiowa	bułka wrocławska masło śmietankowe pasztecik drobiowy pomidor herbata czarna Zacierki na mleku	jogurt naturalny	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 546,9** **Białko ogółem [g] 78,2** **Tłuszcz [g] 56,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9** **Węglowodany ogółem [g] 190,3** **suma cukrów prostych [g] 63** **Sól [g] 3,3** **Błonnik pokarmowy [g] 19,1**
2026-11-30 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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-30 poniedziałek	Z ogra 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**
	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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy za 3. dekadę, tj. od dnia 2026-11-21 do dnia 2026-11-30 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-30 poniedziałek	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**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone