

		1	3	5	6	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	PN	SUMA
2025-02-24 poniedziałek	01. Dieta podstawowa	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb razowy. 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Paszтет drobiowy p. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami I 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Ryba smażona I 110 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Surówka z białej kapusty I 150 g Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj I 60 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ) Sałata 10 g Ogórek konserwowy 50 g Herbata 200 ml	Serek wiejski lekki 150 szt ( <b>MLE b/LAK,</b> )	W.Ener: [kcal] 20 300,9 B: [g] 2 561,2 T: [g] 746,5 W: [g] 829,1 Sól [g] 4,4 Kw.tł.nasy. [g] 481,6 Bł: [g] 35,1 Sód: [mg] 1 758,1 W tym cukry: [g] 83,2
	02. Dieta łatwostrawna	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szyunka biała 40 g Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa szpinakowa II 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Pierogi leniwe z musem owocowym II 280 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g Jajko gotowane 50 g ( <b>JAJ,</b> ) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Serek wiejski lekki 1 szt ( <b>MLE b/LAK,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 099,5 B: [g] 97,4 T: [g] 69,1 W: [g] 286,1 Sól [g] 2,8 Kw.tł.nasy. [g] 35,9 Bł: [g] 29,4 Sód: [mg] 1 107 W tym cukry: [g] 64,5
2025-02-25 wtorek	01. Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Poledwica drobiowa 40 g ( <b>GOR, SOJ, SO2,</b> ) Papryka świeża 50 g Sałata 10 g Herbata 200 ml	Zupa z zielonego groszku I 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, SO2, ORZ,</b> ) Pieczeń rzymska w sosie I 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Sałata 10 g Kasza pęczak 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot s 200 ml	Chleb pszenno - żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta twarogowa z pomidorem susz. 70 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Bułka wrocławska pszenna. 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Miód naturalny por 1 szt ( <b>MI,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 262,6 B: [g] 90,5 T: [g] 74,2 W: [g] 323,9 Sól [g] 4,7 Kw.tł.nasy. [g] 40,1 Bł: [g] 31,7 Sód: [mg] 1 855,1 W tym cukry: [g] 76,4
	02. Dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Miód naturalny 1 szt ( <b>MI,</b> ) Szyunka konserwowa z indyka 40 g Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa krupnik z kaszy jaglanej II 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Filet z indyka gotowany 100 g Sos szpinakowy 50 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bukiet warzyw (brokuł, kalafior, marchew) 150 g ( <b>MLE,</b> ) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Poledwica drobiowa 40 g ( <b>GOR, SOJ, SO2,</b> ) Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Wafle ryżowe. 15 g Serek Ziarnisty 1 szt ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 214,1 B: [g] 101,4 T: [g] 69,1 W: [g] 298,2 Sól [g] 5,3 Kw.tł.nasy. [g] 39,3 Bł: [g] 28,1 Sód: [mg] 2 145,5 W tym cukry: [g] 101
2025-02-26 środa	01. Dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Pasta z jaj I 60 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ) Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami I 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron z mięsem i warzywami I 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,</b> ) Kompot s 200 ml	Chleb pszenno - żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta rybna 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Serek twarogowy śmiet 1p-16g 16 g ( <b>MLE b/LAK,</b> ) Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Sok warzywny 1 szt	W.Ener: [kcal] 2 355,1 B: [g] 89,4 T: [g] 67,9 W: [g] 356,8 Sól [g] 4,8 Kw.tł.nasy. [g] 32 Bł: [g] 28 Sód: [mg] 1 956,7 W tym cukry: [g] 89,9

2025-02-26 środa	02. Dieta łatwostrawna	Ryz na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica drobiowa 40 g ( <b>GOR, SOJ, SO2,</b> ) Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany w sosie II 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kasza jęczmienna 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka konserwowa z indyka 40 g Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Bułka kajzerka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 116,7 B: [g] 87,4 T: [g] 64 W: [g] 315,3 Kw.tł.nasy. [g] 4,4 Bł: [g] 33,4 Sód: [mg] 1 780,5 W tym cukry: [g] 89
	01. Dieta podstawowa	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Chleb razowy. 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g Galaretkę z kurczaka I 130 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa neapolitańska I 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Kapusta faszerowana w sosie pomidorowym 180 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,</b> ) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Chleb razowy. 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka biała 40 g Sałata 10 g Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Herbata 200 ml	Serek Ziarnisty 1 szt ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 249,6 B: [g] 124,4 T: [g] 72,9 W: [g] 288,8 Sól [g] 5,9 Kw.tł.nasy. [g] 37,2 Bł: [g] 29,1 Sód: [mg] 2 346,9 W tym cukry: [g] 71,8
2025-02-27 czwartek	02. Dieta łatwostrawna	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek kanapkowy w plastrach 40 g ( <b>MLE b/LAK,</b> ) Miód naturalny por 1 szt ( <b>ML,</b> ) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa wiejska II 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Filet drobiowy gotowany w sosie II 110 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka konserwowa z indyka 40 g Sałata 10 g Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Herbata 200 ml	Ciasto drożdżowe 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 204,6 B: [g] 84,8 T: [g] 71,7 W: [g] 322,3 Sól [g] 2,8 Kw.tł.nasy. [g] 41,6 Bł: [g] 34,7 Sód: [mg] 1 119,5 W tym cukry: [g] 81,6
	01. Dieta podstawowa	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb razowy. 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Ogonówka 40 g Ogórek konserwowy 50 g Sałata 10 g Herbata 200 ml	Zupa Grochowa 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Kopytka 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Sos pieczarkowy 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Surówka z marchwi i chrzanu I 150 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot s 200 ml	Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica drobiowa 40 g ( <b>GOR, SOJ, SO2,</b> ) Serek topiony 25 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata 10 g Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Herbata 200 ml	Serek Homogenizowany 1 szt ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 144,8 B: [g] 92,4 T: [g] 58,5 W: [g] 332,2 Sól [g] 5,4 Kw.tł.nasy. [g] 31,8 Bł: [g] 43,2 Sód: [mg] 2 156,8 W tym cukry: [g] 81
2025-02-28 piątek	01. Dieta podstawowa	Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Sałata 10 g Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Herbata 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryba miruna na parze 170 g ( <b>RYB, MLE,</b> ) Sos koperkowy 50 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) 150 g ( <b>MLE,</b> ) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g Szynka mozaikowa 40 g Sałata 0,1 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 076,8 B: [g] 65,4 T: [g] 81,7 W: [g] 283,8 Sól [g] 4,4 Kw.tł.nasy. [g] 47,1 Bł: [g] 26,8 Sód: [mg] 1 775,7 W tym cukry: [g] 100,1
	02. Dieta łatwostrawna					

2025-03-01 sobota	01. Dieta podstawowa	Chleb razowy. 50 g Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka konserwowa z indyka 40 g Salata 10 g Jabłka 150 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Zupa pomidorowa z ryżem I 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,</u> ) Stek wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u> ) Surówka wielowarzywna 150 g ( <u>SEL,</u> ) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Chleb pszenno - żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 50 g ( <u>POM,</u> ) Salata 10 g Herbata 200 ml	Miód naturalny por 1 szt ( <u>MI,</u> ) Pieczywo chrupkie 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )	W.Ener: [kcal] 2 382,4 B: [g] 94,1 T: [g] 82,6 W: [g] 319,9 Sól [g] 5,2 Kw.tł.nasy. [g] 44,1 Bł: [g] 32,9 Sód: [mg] 2 066,7 W tym cukry: [g] 83,5
	02. Dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka konserwowa z indyka 40 g Salata 10 g Jabłka 150 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )	Zupa pomidorowa z ryżem II 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, POM,</u> ) Pulpety gotowane w sosie II 110 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u> ) Buraczki gotowane 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Ser twarogowy 09 100 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 50 g ( <u>POM,</u> ) Herbata 200 ml	Miód naturalny por 1 szt ( <u>MI,</u> ) Pieczywo chrupkie 30 g ( <u>GLU PSZ,</u> )	W.Ener: [kcal] 2 211,7 B: [g] 96 T: [g] 74,5 W: [g] 291,3 Sól [g] 3,2 Kw.tł.nasy. [g] 42,1 Bł: [g] 29,7 Sód: [mg] 1 296 W tym cukry: [g] 95,6
2025-03-02 niedziela	01. Dieta podstawowa	Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE,</u> ) Bułka kajzerka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Chleb razowy. 50 g Masło (82% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Ser twarogowy 80 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g Banan 180 g Kakao na mleku 200 ml ( <u>MLE, KOK,</u> )	Zupa szczawiowa z ziemniakami I 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u> ) Filet drobiowy panierowany I 90 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u> ) Surówka z selera i marchwi I 150 g ( <u>MLE, SEL,</u> ) Kasza jęczmienna 180 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot s 200 ml	Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka wieprzowa c 45 g Salata 10 g Herbata 200 ml Jabłka 150 g	Sok pomidorowy 1 szt ( <u>POM,</u> ) Wafle ryżowe. 10 g	W.Ener: [kcal] 2 169 B: [g] 87,3 T: [g] 54,1 W: [g] 325,9 Sól [g] 4,6 Kw.tł.nasy. [g] 30 Bł: [g] 39,4 Sód: [mg] 1 827 W tym cukry: [g] 98,9
	02. Dieta łatwostrawna	Jogurt owocowy 150 g ( <u>MLE,</u> ) Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Miód naturalny 1 szt ( <u>MI,</u> ) Szynka wieprzowa 40 g Salata 10 g Banan d 120 g Kakao na mleku 200 ml ( <u>MLE, KOK,</u> )	Zupa kalafiorowa II 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Udko gotowane II 120 g Marchew gotowana 150 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Ryż na sypko 180 g ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Kompot s 200 ml	Salata 10 g Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka drobiowa 40 g Pomidor 50 g ( <u>POM,</u> ) Herbata 200 ml Jabłka 150 g	Sok pomidorowy 1 szt ( <u>POM,</u> ) Wafle ryżowe. 10 g	W.Ener: [kcal] 2 207,9 B: [g] 85,2 T: [g] 75 W: [g] 287,6 Sól [g] 5 Kw.tł.nasy. [g] 37,7 Bł: [g] 32,3 Sód: [mg] 2 021 W tym cukry: [g] 89,5

**Oznaczenia alergenów:**

*GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenny,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
SOJ - Soja i pochodne,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
SO2 - Dwutlenek siarki, siarczyny,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
ORZ - Orzechy,  
MCK - Mięczaki i pochodne,  
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,  
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,  
GLU JEĆZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,*