

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-01 niedziela	Śniadanie	Jogurt owocowy z owsianką (<u>MLE b/LAK,</u>) Bułka kajzerka (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb razowy. Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Ser twarogowy (<u>MLE,</u>) Dżem Banan Kakao na mleku (<u>MLE, KOK,</u>)	Jogurt owocowy z owsianką (<u>MLE b/LAK,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (<u>MLE b/LAK,</u>) Szynka wieprzowa Sałata Banan d Kakao na mleku (<u>MLE, KOK,</u>)	Chleb pełnoziarnisty (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka wieprzowa c Serek twar Almette 1p-30g (<u>MLE b/LAK,</u>) Papryka świeża Sałata Jabłka Kakao na mleku b/c (<u>MLE, KOK,</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Zupa szczawiowa z ziemniakami I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Filet drobiowy panerowany I (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Surówka z selera i marchwi I (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot s	Zupa jarzynowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Marchew gotowana (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ryż na sypko (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kompot s	Zupa jarzynowa III (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka wielowarzywna (<u>SEL,</u>) Ryż brązowy na sypko (<u>MLE,</u>) Kompot b/c
	Kolacja	Chleb graham . Chlepek pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka wieprzowa c Sałata Herbata Jabłka	Sałata Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka drobiowa Pomidor (<u>POM,</u>) Herbata Jabłka	Kisiel b/c Chleb orkiszowy (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka drobiowa c Pomidor c (<u>POM,</u>) Sałata Herbata b/c
	PN	Sok pomidorowy (<u>POM,</u>)		Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2230.15 kcal; B: 87.96 g; T: 55.60 g; W: 344.83 g; : 4.39 g; Kw.tł.nasy.: 31.00 g; Bł.: 39.69 g; Sód: 1763.97 mg; W tym cukry:: 94.74 g;	W.Ener: 2105.37 kcal; B: 81.98 g; T: 66.33 g; W: 292.77 g; : 3.64 g; Kw.tł.nasy.: 40.02 g; Bł.: 34.38 g; Sód: 1457.39 mg; W tym cukry:: 83.96 g;	W.Ener: 2094.22 kcal; B: 92.82 g; T: 70.32 g; W: 286.95 g; : 4.73 g; Kw.tł.nasy.: 38.21 g; Bł.: 41.49 g; Sód: 1891.20 mg; W tym cukry:: 68.11 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-02 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy. Chlepek pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Miód naturalny por (<u>MI,</u>) Pasztecik ciechanowski Sałata Pomidor (<u>POM,</u>) Herbata	Płatki owsiane na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Dżem Parówka na gorąco Pomidor (<u>POM,</u>) Jabłka Herbata	Chleb o niskim IG (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Pasta twarogowa z pomidorem susz. (<u>MLE,</u>) Papryka świeża Herbata b/c
	II SN			Wafle ryżowe. Sok pomidorowy (<u>POM,</u>)
	Obiad	Zupa ogórkowa I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Ryba w sosie greckim I (<u>GLU PSZ, RYB, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa szpinakowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z serem i musem owocowym II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Kompot s	Zupa szpinakowa III (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sztuka mięsa gotowanego Surówka z marchwi b/c (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty białej b/c Kasza gryczana Kompot b/c
	Kolacja	Chleb graham . Chlepek pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj I (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Sałata Rzodkiewka Jabłka Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka drobiowa Ryba w galarecie (<u>RYB,</u>) Sałata Herbata	Jogurt naturalny (<u>MLE,</u>) Chleb razowy. Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane (<u>JAJ,</u>) Rzodkiewka Szcypior Sałata Herbata b/c
	PN	Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK,</u>)		Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2232.03 kcal; B: 106.44 g; T: 78.98 g; W: 289.83 g; : 5.79 g; Kw.tł.nasy.: 36.84 g; Bł.: 33.00 g; Sód: 2328.77 mg; W tym cukry:: 67.64 g;	W.Ener: 2304.18 kcal; B: 108.20 g; T: 91.77 g; W: 273.16 g; : 4.91 g; Kw.tł.nasy.: 45.57 g; Bł.: 23.74 g; Sód: 1975.10 mg; W tym cukry:: 74.58 g;	W.Ener: 2173.53 kcal; B: 112.38 g; T: 69.65 g; W: 259.46 g; : 5.58 g; Kw.tł.nasy.: 29.48 g; Bł.: 51.11 g; Sód: 2246.42 mg; W tym cukry:: 54.77 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-03 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) (MLE,) Pomidor (POM,) Polędwica drobiowa (GOR, SOJ, SO2,) Sałata Jabłka Herbata	Zacierka na mleku (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) (MLE,) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (MLE b/LAK,) Szynka biała Sałata Banan Herbata	Chleb graham . Chleb orkiszowy (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,) Masło p (MLE,) Szynka biała c Jajko gotowane (JAJ,) Papryka świeża Sałata Banan Herbata b/c
	II SN			Pieczywo chrupkie (GLU PSZ,) Sok warzywny
	Obiad	Zupa fasolowa I (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Klopsiki w sosie własnym (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Buraczki z cebulą I Kasza gryczana Kompot s	Zupa owsiankowa II (GLUPSZ, MLE, SEL,) Galantyna drobiowa II (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) (MLE,) Ziemniaki Kompot s	Zupa owsiankowa II (GLUPSZ, MLE, SEL,) Galantyna drobiowa II (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Surówka z kapusty pekińskiej Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) (MLE,) Ziemniaki Kompot b/c
	Kolacja	Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) (MLE,) Sałatka jarzynowa I (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, SO2, ORZ,) Sałata Herbata Serek twarogowy śmiet 1p-16g (MLE b/LAK,)	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) (MLE,) Pasta z jaj (JAJ, MLE,) Pomidor (POM,) Sałata Herbata	Kisiel b/c Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (MLE,) Polędwica drobiowa b (GOR, SOJ, SO2,) Ogórek świeży Sałata Herbata b/c
	PN	Jogurt owocowy (MLE,)		Bułka grahamka z wędliną (MLE,)
		W.Ener: 2335.74 kcal; B: 101.70 g; T: 77.27 g; W: 331.31 g; : 4.88 g; Kw.tł.nasy.: 33.02 g; Bł.: 46.35 g; Sód: 1960.42 mg; W tym cukry:: 82.78 g;	W.Ener: 2251.59 kcal; B: 92.96 g; T: 93.09 g; W: 276.21 g; : 3.55 g; Kw.tł.nasy.: 48.75 g; Bł.: 31.30 g; Sód: 1436.94 mg; W tym cukry:: 86.87 g;	W.Ener: 2337.70 kcal; B: 96.03 g; T: 78.96 g; W: 314.34 g; : 5.10 g; Kw.tł.nasy.: 35.86 g; Bł.: 48.25 g; Sód: 2055.35 mg; W tym cukry:: 69.34 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-04 środa	Śniadanie	Ryż na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Ser żółty (<u>MLE,</u>) Papryka konserwowa Sałata Kakao na mleku (<u>MLE, KOK,</u>)	Ryż na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Ser twarogowy (<u>MLE,</u>) Dżem Jabłka Kakao na mleku (<u>MLE, KOK,</u>)	Chleb graham . Chleb pełnoziarnisty (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Masło p (<u>MLE,</u>) Ser twarogowy 09 (<u>MLE,</u>) Pomidor c (<u>POM,</u>) Jabłka Kawa Inka Zbożowa (<u>GLU PSZ,</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Zupa krupnik (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Kotlet drobiowy mielony I (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Marchewka z groszkiem I (<u>GLU PSZ, MLE, SO2,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa ziemniaczana z pomidorami II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, POM,</u>) Pulpety gotowane w sosie II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza jęczmienna (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot s	Zupa ziemniaczana z pomidorami III (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, POM,</u>) Pulpety gotowane w sosie II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Surówka z selera z orzechem (<u>MLE, SEL, ORZ, OZ,</u>) Surówka z kapusty białej b/c Kasza jęczmienna (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot b/c
	Kolacja	Chleb pszenno - żytni (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane (<u>JAJ,</u>) Pomidor (<u>POM,</u>) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Kielbasa szynkowa Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Herbata	Chleb razowy. Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Kielbasa szynkowa c Sałata Papryka świeża Ogórek świeży Herbata b/c
	PN	Mus owocowo- warzywny		Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2266.23 kcal; B: 99.51 g; T: 81.22 g; W: 299.93 g; : 5.36 g; Kw.tł.nasy.: 40.91 g; Bł.: 30.67 g; Sód: 2153.48 mg; W tym cukry:: 65.42 g;	W.Ener: 2202.02 kcal; B: 91.62 g; T: 78.26 g; W: 298.62 g; : 3.46 g; Kw.tł.nasy.: 43.99 g; Bł.: 31.48 g; Sód: 1381.48 mg; W tym cukry:: 88.11 g;	W.Ener: 2105.87 kcal; B: 96.98 g; T: 66.50 g; W: 299.12 g; : 4.72 g; Kw.tł.nasy.: 33.14 g; Bł.: 53.60 g; Sód: 1894.58 mg; W tym cukry:: 74.97 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-05 czwartek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku (<u>MLE,</u>) Chleb razowy. Chlepek pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Dżem Galaretkę z kurczaka I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Sałata Jabłka Herbata	Kasza jaglana na mleku (<u>MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szyunka biała Sałata Pomidor (<u>POM,</u>) Jabłka Herbata	Chleb orkiszowy (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Szyunka biała b Pomidor c (<u>POM,</u>) Papryka świeża Sałata Herbata b/c
	II ŚN			Kefir (<u>MLE,</u>) Wafle ryżowe.. (<u>GLU PSZ,</u>)
	Obiad	Zupa z soczewicy (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,</u>) Bitki wieprzowe w sosie I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Surówka z pora i jabłek I (<u>MLE,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa ryżowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany w sosie II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Marchew gotowana (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa ryżowa III (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany w sosie II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Surówka z kapusty czerwonej b/c Surówka z marchwi i słonecznikiem (<u>MLE,</u>) Ziemniaki Kompot b/c
	Kolacja	Chleb graham . Chlepek pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Baleron Papryka konserwowa Sałata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Serek twar Almette 1p-30g (<u>MLE b/LAK,</u>) Jajko gotowane (<u>JAJ,</u>) Sałata Herbata	Kisiel b/c Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Ser twarogowy (<u>MLE,</u>) Szyunka konserwowa z indyka b Ogórek świeży Herbata b/c
	PN	Mleko smakowe w kartoniku 200ml (<u>MLE b/LAK,</u>)		Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2461.63 kcal; B: 129.72 g; T: 62.86 g; W: 358.25 g; : 5.14 g; Kw.tł.nasy.: 30.47 g; Bł.: 40.80 g; Sód: 2060.13 mg; W tym cukry:: 64.76 g;	W.Ener: 2128.73 kcal; B: 81.70 g; T: 81.44 g; W: 274.61 g; : 3.29 g; Kw.tł.nasy.: 45.33 g; Bł.: 31.02 g; Sód: 1331.74 mg; W tym cukry:: 65.92 g;	W.Ener: 2055.99 kcal; B: 103.33 g; T: 57.29 g; W: 290.16 g; : 5.06 g; Kw.tł.nasy.: 29.21 g; Bł.: 49.51 g; Sód: 2043.84 mg; W tym cukry:: 63.43 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-06 piątek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy. Chlepek pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Pasta rybna (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ogórek konserwowy Sałata Herbata	Płatki owsiane na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Miód naturalny por (<u>MI,</u>) Ryba w galarecie (<u>RYB,</u>) Sałata Banan Herbata	Jogurt naturalny (<u>MLE,</u>) Chleb o niskim IG (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata Rzodkiewka Herbata b/c
	II ŚN			Sok warzywny Wafle ryżowe.
	Obiad	Zupa barszcz ukraiński I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Kotlety z jaj I (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Surówka z marchwi i chrzanu I (<u>MLE,</u>) Sałata Ziemniaki Kompot s	Zupa jarzynowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pierogi leniwe z musem owocowym II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Kompot s	Zupa jarzynowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba miruna na parze (<u>RYB, MLE,</u>) Sos koperkowy (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka wielowarzywna (<u>SEL,</u>) Surówka z marchwi b/c (<u>MLE,</u>) Kasza gryczana Kompot b/c
	Kolacja	Chleb graham . Chlepek pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Serek kanapkowy w plastrach (<u>MLE b/LAK,</u>) Pomidor (<u>POM,</u>) Jabłka Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Dżem Szynka drobiowa Sałata Pomidor (<u>POM,</u>) Jabłka Herbata	Chleb razowy. Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka drobiowa b Serek twar Almette 1p-30g (<u>MLE b/LAK,</u>) Pomidor c (<u>POM,</u>) Herbata b/c
	PN	Jogurt naturalny (<u>MLE,</u>)		Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2039.93 kcal; B: 86.32 g; T: 58.35 g; W: 311.61 g; : 3.85 g; Kw.tł.nasy.: 26.85 g; Bł.: 39.87 g; Sód: 1539.29 mg; W tym cukry:: 92.38 g;	W.Ener: 2266.50 kcal; B: 100.27 g; T: 57.17 g; W: 353.67 g; : 3.12 g; Kw.tł.nasy.: 31.26 g; Bł.: 32.33 g; Sód: 1260.66 mg; W tym cukry:: 107.04 g;	W.Ener: 2155.08 kcal; B: 74.85 g; T: 85.58 g; W: 271.33 g; : 4.72 g; Kw.tł.nasy.: 43.07 g; Bł.: 50.41 g; Sód: 1900.06 mg; W tym cukry:: 53.81 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-07 sobota	Śniadanie	Kasza manna na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Polędwica drobiowa (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Herbata	Kasza manna na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Miód naturalny por (<u>MI,</u>) Szynka biała Sałata Jabłka Herbata	Chleb orkiszowy (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Pasta rybna (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sałata Papryka świeża Jabłka Herbata b/c
	II ŚN			Kefir (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Zupa zacierkowa I (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Kotlet schabowy (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Surówka wielowarzywna (<u>SEL,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa pomidorowa z makaronem II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, POM,</u>) Budyń mięsny (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, POM,</u>) Budyń mięsny (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z selera z orzechem (<u>MLE, SEL, ORZ, OZ,</u>) Sałata Ziemniaki Kompot b/c
	Kolacja	Chleb pszenno - żytni (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Miód naturalny (<u>MI,</u>) Twaróg z rzodkiewką (<u>MLE,</u>) Jabłka Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (<u>MLE b/LAK,</u>) Pasta z jaj (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Herbata	Kisiel b/c Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (<u>MLE b/LAK,</u>) Szynka konserwowa z indyka b Ogórek świeży Sałata Herbata b/c
	PN	Sok warzywny		Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2157.41 kcal; B: 94.31 g; T: 54.00 g; W: 337.07 g; : 4.24 g; Kw.tł.nasy.: 29.60 g; Bł.: 33.98 g; Sód: 1696.44 mg; W tym cukry:: 68.84 g;	W.Ener: 2250.32 kcal; B: 87.71 g; T: 87.04 g; W: 290.05 g; : 3.48 g; Kw.tł.nasy.: 46.53 g; Bł.: 29.40 g; Sód: 1402.47 mg; W tym cukry:: 77.76 g;	W.Ener: 2208.17 kcal; B: 94.94 g; T: 86.15 g; W: 297.88 g; : 4.79 g; Kw.tł.nasy.: 38.63 g; Bł.: 86.28 g; Sód: 1935.92 mg; W tym cukry:: 77.11 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-08 niedziela	Śniadanie	Bułka kajzerka (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb razowy. Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka konserwowa z indyka Jabłka Sałata Kakao na mleku (<u>MLE, KOK,</u>)	Jogurt owocowy z owsianką (<u>MLE b/LAK,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka mozaikowa Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Kakao na mleku (<u>MLE, KOK,</u>)	Chleb orkiszowy (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka wieprzowa b Papryka świeża Sałata Kakao na mleku b/c (<u>MLE, KOK,</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Udka pieczone I Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) (<u>MLE,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa zacierkowa II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Udko gotowane II Marchew gotowana (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza jęczmienna (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot s	Zupa zacierkowa III (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Udko gotowane II Surówka wielowarzywna (<u>SEL,</u>) Kasza jęczmienna (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot b/c
	Kolacja	Chleb graham . Chlepek pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka biała Pomidor (<u>POM,</u>) Banan Herbata Sałata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Dżem Twaróg z mlekiem (<u>MLE,</u>) Jabłka Herbata	Kisiel b/c Chleb graham . Chleb razowy. Twaróg z mlekiem (<u>MLE,</u>) Masło p (<u>MLE,</u>) Pomidor c (<u>POM,</u>) Jabłka Herbata b/c
	PN	Sok pomidorowy (<u>POM,</u>)	Sok pomidorowy (<u>POM,</u>) Wafle ryżowe.	Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2185.34 kcal; B: 100.26 g; T: 74.75 g; W: 274.37 g; : 4.31 g; Kw.tł.nasy.: 34.78 g; Bł.: 30.41 g; Sód: 1728.98 mg; W tym cukry:: 86.58 g;	W.Ener: 2201.95 kcal; B: 100.75 g; T: 76.66 g; W: 265.65 g; : 3.32 g; Kw.tł.nasy.: 38.22 g; Bł.: 32.13 g; Sód: 1331.58 mg; W tym cukry:: 58.43 g;	W.Ener: 2118.07 kcal; B: 110.10 g; T: 72.18 g; W: 273.25 g; : 4.50 g; Kw.tł.nasy.: 32.94 g; Bł.: 40.39 g; Sód: 1800.20 mg; W tym cukry:: 69.35 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-09 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku (<u>MLE,</u>) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Dżem Parówka na gorąco Papryka konserwowa Sałata Herbata	Kasza kukurydziana na mleku (<u>MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata Pomidor (<u>POM,</u>) Herbata	Chleb razowy. Chleb o niskim IG (<u>GLU PSZ,</u>) Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka biała b Jajko gotowane (<u>JAJ,</u>) Ogórek świeży Sałata Herbata b/c
	II SN			Pieczewo chrupkie (<u>GLU PSZ,</u>) Sok warzywny
	Obiad	Ziemniaki Zupa kapuśniak z białej kapusty I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Ryba w sosie greckim I (<u>GLU PSZ, RYB, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,</u>) Kompot s	Zupa brokułowa z ziemniakmi II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż z truskawkami (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kompot s	Zupa brokułowa III (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpety gotowane w sosie koperkowym (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Surówka z selera z orzechem (<u>MLE, SEL, ORZ, OZ,</u>) Surówka z marchwi b/c (<u>MLE,</u>) Makaron pełnoziarnisty (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Kompot b/c
	Kolacja	Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Ogonówka Pomidor (<u>POM,</u>) Banan Sałata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Polędwica drobiowa c (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Sałata Serek kanapkowy w plastrach (<u>MLE b/LAK,</u>) Jabłka Herbata Miód naturalny (<u>MI,</u>)	Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Polędwica drobiowa b (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Rzodkiewka Szcypior Sałata Herbata b/c
	PN	Mus owocowo- warzywny		Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2120.25 kcal; B: 79.72 g; T: 70.77 g; W: 308.32 g; : 5.95 g; Kw.tł.nasy.: 34.05 g; Bł.: 33.80 g; Sód: 2394.89 mg; W tym cukry:: 88.44 g;	W.Ener: 2132.72 kcal; B: 69.58 g; T: 77.86 g; W: 299.64 g; : 3.37 g; Kw.tł.nasy.: 43.46 g; Bł.: 22.37 g; Sód: 1357.93 mg; W tym cukry:: 82.67 g;	W.Ener: 2388.97 kcal; B: 108.26 g; T: 101.31 g; W: 300.62 g; : 5.89 g; Kw.tł.nasy.: 34.40 g; Bł.: 144.92 g; Sód: 2367.37 mg; W tym cukry:: 48.60 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-10 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Polędwica drobiowa (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Ogórek kiszony Sałata Kawa zbożowa na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Makaron na mleku (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Miód naturalny (<u>MI,</u>) Szynka konserwowa z indyka Sałata Jabłka Kawa zbożowa na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Chleb orkiszowy (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka konserwowa z indyka b Sałata Papryka świeża Banan Herbata b/c
	II ŚN			Kefir (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Zupa szpinakowa ziemniakami I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Wątroba drobiowa smażona z cebulką I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Kasza jęczmienna (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Sałata Kompot s	Zupa krupnik z kaszy jaglanej II (<u>MLE, SEL,</u>) Filet z indyka gotowany Sos szpinakowy (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) (<u>MLE,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa krupnik z kaszay jaglanej III (<u>MLE, SEL,</u>) Filet z indyka gotowany Sos szpinakowy (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka wielowarzywna (<u>SEL,</u>) Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) (<u>MLE,</u>) Ryż brązowy na sypko (<u>MLE,</u>) Kompot b/c
	Kolacja	Chleb pszenno - żytni (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Pasta twarogowa z pomidorem susz. (<u>MLE,</u>) Jabłka Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Polędwica drobiowa (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Herbata	Kisiel b/c Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Polędwica drobiowa b (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Pomidor c (<u>POM,</u>) Herbata b/c
	PN	Wafle ryżowe. Mleko smakowe w kartoniku 200ml (<u>MLE b/LAK,</u>)		Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2450.03 kcal; B: 102.17 g; T: 75.85 g; W: 338.32 g; : 5.67 g; Kw.tł.nasy.: 40.82 g; Bł.: 35.86 g; Sód: 2271.65 mg; W tym cukry:: 87.80 g;	W.Ener: 2063.35 kcal; B: 81.69 g; T: 66.98 g; W: 277.02 g; : 3.66 g; Kw.tł.nasy.: 38.31 g; Bł.: 25.00 g; Sód: 1473.62 mg; W tym cukry:: 73.18 g;	W.Ener: 2063.60 kcal; B: 83.90 g; T: 66.90 g; W: 298.34 g; : 4.58 g; Kw.tł.nasy.: 36.27 g; Bł.: 40.88 g; Sód: 1847.39 mg; W tym cukry:: 77.00 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
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 JEĆCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

W.Ener - W.Ener: ,
B - B: ,
T - T: ,
W - W: ,
Sód - Sód: ,
- Sól,
Kw.tł.nasy. - Kw.tł.nasy. ,
Bł: - Bł: ,
W tym cukry: - W tym cukry: ,