

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-11 środa	Śniadanie	Ryż na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Pasta z jaj I (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Sałata Banan Herbata Szynka biała	Ryż na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Dżem Galaretka z kurczaka II Sałata Banan Herbata	Kisiel b/c Chleb pełnoziarnisty (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Galaretka drobiowa III Jajko gotowane (<u>JAJ,</u>) Sałata Herbata b/c Ogórek świeży
	II ŚN			Jogurt naturalny (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem I (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,</u>) Bigos (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa ziemniaczana z koperkiem (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Potrawka z szynki II (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Marchew gotowana (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza jęczmienna (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot s	Zupa ziemniaczana z koperkiem (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Potrawka z szynki II (<u>GLU PSZ, MLE,</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>) Pasta rybna (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (<u>MLE b/LAK,</u>) Sałata Jabłka Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka konserwowa z indyka Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Herbata	Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka konserwowa z indyka b Papryka świeża Sałata Herbata b/c Pomidor c (<u>POM,</u>)
	PN	Jogurt naturalny (<u>MLE,</u>)		Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2412.23 kcal; B: 104.06 g; T: 76.33 g; W: 343.67 g; : 5.52 g; Kw.tł.nasy.: 35.85 g; Bł.: 33.64 g; Sód: 2213.51 mg; W tym cukry:: 111.40 g;	W.Ener: 2142.33 kcal; B: 94.86 g; T: 72.04 g; W: 294.77 g; : 4.67 g; Kw.tł.nasy.: 39.84 g; Bł.: 30.70 g; Sód: 1878.21 mg; W tym cukry:: 89.34 g;	W.Ener: 2050.94 kcal; B: 105.97 g; T: 67.70 g; W: 271.97 g; : 6.03 g; Kw.tł.nasy.: 33.09 g; Bł.: 48.68 g; Sód: 2426.49 mg; W tym cukry:: 51.01 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-12 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 Galaretka 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>) Serek kanapkowy w plastrach (<u>MLE b/LAK,</u>) Miód naturalny por (<u>MI,</u>) Jabłka Herbata	Chleb orkiszowy (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Pasta rybna (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ser twarogowy (<u>MLE,</u>) Pomidor c (<u>POM,</u>) Sałata Herbata b/c
	II ŚN			Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ,</u>) Sok warzywny
	Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Karkówka pieczona w sosie własnym I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Surówka z czerwonej kapusty Ryż na sypko (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kompot s	Zupa wiejska II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Filet drobiowy gotowany w sosie II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa wiejska II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Filet drobiowy gotowany 08 (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sos koperkowy (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z selera i jabłka b/c (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki Kompot b/c
	Kolacja	Chleb razowy. Chlepek pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka biała Sałata Papryka konserwowa Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka konserwowa z indyka Sałatka jarzynowa II (<u>JAJ, MLE, SEL,</u>) Sałata Herbata	Kisiel b/c Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka konserwowa z indyka b Papryka świeża Sałata Herbata b/c
	PN	Sok pomidorowy (<u>POM,</u>)		Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2214.49 kcal; B: 93.04 g; T: 72.13 g; W: 296.00 g; : 3.56 g; Kw.tł.nasy.: 36.56 g; Bł.: 32.80 g; Sód: 1434.62 mg; W tym cukry.: 69.01 g;	W.Ener: 2234.24 kcal; B: 82.23 g; T: 70.06 g; W: 318.08 g; : 3.03 g; Kw.tł.nasy.: 36.20 g; Bł.: 36.86 g; Sód: 1229.69 mg; W tym cukry.: 82.61 g;	W.Ener: 2174.76 kcal; B: 99.15 g; T: 61.54 g; W: 310.79 g; : 4.18 g; Kw.tł.nasy.: 32.00 g; Bł.: 51.23 g; Sód: 1688.91 mg; W tym cukry.: 58.18 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-13 piątek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Baleron Ogórek kiszony Sałata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Kasza jęczmienna na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata Pomidor (<u>POM,</u>) Herbata	Chleb o niskim IG (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane (<u>JAJ,</u>) Połędwica drobiowa b (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Papryka świeża Sałata Herbata b/c
	II ŚN	Kefir (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Zupa Grochowa (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Kotlety ziemniaczane I (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Surówka z marchwi i chrzanu I (<u>MLE,</u>) Kompot s Sos pieczarkowy (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpety rybne (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE, POM,</u>) Sos koperkowy (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) (<u>MLE,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpety rybne (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE, POM,</u>) Sos szpinakowy (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty białej b/c Kasza jęczmienna (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot b/c
	Kolacja	Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Połędwica drobiowa (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Serek topiony (<u>MLE,</u>) Sałata Pomidor (<u>POM,</u>) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Dżem Szynka mozaikowa Sałata Banan Herbata	Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka mozaikowa b Ogórek świeży Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Herbata b/c
	PN	Serek Ziaernisty (<u>MLE,</u>)		
		W.Ener: 2260.66 kcal; B: 103.31 g; T: 63.05 g; W: 341.19 g; : 7.69 g; Kw.tł.nasy.: 34.27 g; Bł.: 42.47 g; Sód: 3079.48 mg; W tym cukry:: 62.28 g;	W.Ener: 2377.86 kcal; B: 115.08 g; T: 82.98 g; W: 307.49 g; : 6.73 g; Kw.tł.nasy.: 45.98 g; Bł.: 29.31 g; Sód: 2701.22 mg; W tym cukry:: 102.62 g;	W.Ener: 2277.98 kcal; B: 114.62 g; T: 79.83 g; W: 286.77 g; : 7.05 g; Kw.tł.nasy.: 36.73 g; Bł.: 49.01 g; Sód: 2829.97 mg; W tym cukry:: 59.88 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-14 sobota	Śniadanie	Makaron na mleku (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb razowy. Chlepek pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka konserwowa z indyka Sałata Jabłka 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>) 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 c Papryka świeża Sałata Herbata b/c
	II ŚN			Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK,</u>)
	Obiad	Zupa żurek z ziemniakami I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Kotlet mielony I (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Buraczki z cebulą I Ziemniaki Kompot s	Zupa pomidorowa z ryżem II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, POM,</u>) Pulpety drobiowe w sosie II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa pomidorowa z ryżem II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, POM,</u>) Pulpety drobiowe w sosie II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Surówka z selera i jabłka b/c (<u>MLE, SEL,</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki Kompot b/c
	Kolacja	Chleb pszenno - żytni (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Ser żółty (<u>MLE,</u>) Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Ser twarogowy 09 (<u>MLE,</u>) Pomidor (<u>POM,</u>) Herbata	Chleb o niskim IG (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Polędwica drobiowa c (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Ogórek świeży Sałata Herbata b/c
	PN	Miód naturalny por (<u>MI,</u>) Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ,</u>)		Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2278.41 kcal; B: 92.93 g; T: 71.19 g; W: 319.05 g; : 5.16 g; Kw.tł.nasy.: 39.77 g; Bł.: 30.68 g; Sód: 2074.13 mg; W tym cukry:: 87.48 g;	W.Ener: 2282.68 kcal; B: 103.21 g; T: 79.72 g; W: 288.79 g; : 3.23 g; Kw.tł.nasy.: 43.03 g; Bł.: 26.74 g; Sód: 1300.88 mg; W tym cukry:: 91.98 g;	W.Ener: 2277.46 kcal; B: 112.31 g; T: 84.95 g; W: 280.15 g; : 4.71 g; Kw.tł.nasy.: 38.09 g; Bł.: 49.36 g; Sód: 1901.13 mg; W tym cukry:: 53.13 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-15 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>) Miód naturalny (<u>MI,</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 Papryka świeża Sałata Kakao na mleku b/c (<u>MLE, KOK,</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Zupa kalafiorowa I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Filet drobiowy panierowany 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 kalafiorowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Udko gotowane II Marchew gotowana (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ryż na sypko (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kompot s	Zupa kalafiorowa III (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Udko gotowane II Surówka wielowarzywna (<u>SEL,</u>) Ryż brązowy na sypko (<u>MLE,</u>) Kompot b/c
	Kolacja	Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka wieprzowa c Ogórek kiszony Herbata	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 Chleb orkiszowy (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka drobiowa c Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Herbata b/c
	PN	Sok pomidorowy (<u>POM,</u>) Wafle ryżowe.		Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2204.52 kcal; B: 90.05 g; T: 54.71 g; W: 329.39 g; : 5.18 g; Kw.tł.nasy.: 30.66 g; Bł:: 38.63 g; Sód: 2075.62 mg; W tym cukry:: 80.74 g;	W.Ener: 2306.20 kcal; B: 86.57 g; T: 76.50 g; W: 306.52 g; : 4.88 g; Kw.tł.nasy.: 38.80 g; Bł:: 33.28 g; Sód: 1958.01 mg; W tym cukry:: 85.29 g;	W.Ener: 2035.50 kcal; B: 96.04 g; T: 76.46 g; W: 253.90 g; : 4.87 g; Kw.tł.nasy.: 35.59 g; Bł:: 34.37 g; Sód: 1953.23 mg; W tym cukry:: 50.76 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-16 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Paszтет drobiowy p (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sałata Pomidor (<u>POM,</u>) Jabłka 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>) Szynka biała Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Jabłka Herbata	Kisiel b/c 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 ŚN			Wafle ryżowe. Sok pomidorowy (<u>POM,</u>)
	Obiad	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Ryba smażona I (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Surówka z białej kapusty I Ziemniaki Kompot s	Zupa szpinakowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pierogi leniwe z 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 . Chleb 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 Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Dżem Jajko gotowane (<u>JAJ,</u>) Banan Sałata Herbata	Jogurt naturalny (<u>MLE,</u>) Chleb razowy. Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka biała Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Herbata b/c
	PN	Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK,</u>)		Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2203.92 kcal; B: 102.83 g; T: 76.00 g; W: 294.14 g; : 4.39 g; Kw.tł.nasy.: 34.66 g; Bł.: 35.19 g; Sód: 1759.41 mg; W tym cukry.: 84.80 g;	W.Ener: 2275.70 kcal; B: 99.35 g; T: 69.73 g; W: 328.76 g; : 2.73 g; Kw.tł.nasy.: 36.10 g; Bł.: 32.53 g; Sód: 1109.17 mg; W tym cukry.: 99.11 g;	W.Ener: 2123.95 kcal; B: 106.03 g; T: 63.09 g; W: 268.33 g; : 6.14 g; Kw.tł.nasy.: 27.57 g; Bł.: 51.13 g; Sód: 2466.77 mg; W tym cukry.: 55.86 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-17 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb graham . Chlepek pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Polędwica drobiowa (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Papryka konserwowa Sałata Herbata Miód naturalny (<u>MI,</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>) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (<u>MLE b/LAK,</u>) Szynka konserwowa z indyka Sałata Banan Herbata	Chleb orkiszowy (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka konserwowa z indyka c Sałata Papryka świeża Banan Herbata b/c
	II ŚN			Kefir (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Zupa z zielonego groszku I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, SO2, ORZ,</u>) Pieczeń rzymska w sosie I (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza pęczak (<u>GLU PSZ,</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	Jabłka Chleb pszenno - żytni (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Pasta twarogowa z pomidorem susz. (<u>MLE,</u>) 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 Jabłka Herbata	Kisiel b/c Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Polędwica drobiowa c (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Pomidor c (<u>POM,</u>) Herbata b/c
	PN	Mus owocowo- warzywny	Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ,</u>) Mus owocowo- warzywny	Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2310.27 kcal; B: 95.17 g; T: 75.79 g; W: 327.71 g; : 4.69 g; Kw.tł.nasy.: 40.85 g; Bł:: 32.60 g; Sód: 1875.04 mg; W tym cukry:: 74.53 g;	W.Ener: 2024.77 kcal; B: 78.57 g; T: 64.68 g; W: 284.46 g; : 3.43 g; Kw.tł.nasy.: 37.93 g; Bł:: 29.86 g; Sód: 1385.09 mg; W tym cukry:: 93.89 g;	W.Ener: 2054.20 kcal; B: 82.25 g; T: 66.59 g; W: 298.32 g; : 4.41 g; Kw.tł.nasy.: 36.18 g; Bł:: 40.88 g; Sód: 1778.64 mg; W tym cukry:: 76.99 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-18 środa	Śniadanie	Ryż na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane (<u>JAJ,</u>) Szynka wieprzowa Sałata Banan Herbata	Ryż na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Ryba w galarecie (<u>RYB,</u>) Sałata Jabłka Herbata Dżem	Kisiel b/c Chleb pełnoziarnisty (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU OW,</u>) Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Ryba w galarecie (<u>RYB,</u>) Jajko gotowane (<u>JAJ,</u>) Sałata Herbata b/c Ogórek świeży
	II ŚN			Jogurt naturalny (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z mięsem i warzywami I (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,</u>) Kompot s	Zupa ziemniaczana z koperkiem (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany w sosie II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Marchew gotowana (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza jęczmienna (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot s	Zupa ziemniaczana z koperkiem (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany w sosie II (<u>GLU PSZ, 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>) Pasta rybna (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (<u>MLE b/LAK,</u>) Sałata Jabłka Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka konserwowa z indyka Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Herbata	Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka konserwowa z indyka b Papryka świeża Sałata Herbata b/c Pomidor c (<u>POM,</u>)
	PN	Sok warzywny	Sok warzywny Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ,</u>)	Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2413.79 kcal; B: 95.09 g; T: 72.52 g; W: 355.36 g; : 5.44 g; Kw.tł.nasy.: 37.51 g; Bł.: 27.90 g; Sód: 2181.57 mg; W tym cukry:: 88.86 g;	W.Ener: 2074.03 kcal; B: 98.12 g; T: 59.16 g; W: 289.91 g; : 3.38 g; Kw.tł.nasy.: 33.34 g; Bł.: 36.26 g; Sód: 1364.81 mg; W tym cukry:: 65.81 g;	W.Ener: 2100.14 kcal; B: 118.92 g; T: 64.32 g; W: 280.56 g; : 5.01 g; Kw.tł.nasy.: 30.49 g; Bł.: 51.65 g; Sód: 2024.66 mg; W tym cukry:: 53.79 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-19 czwartek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku (<u>MLE,</u>) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Dżem Serek kanapkowy w plastrach (<u>MLE b/LAK,</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>) Serek kanapkowy w plastrach (<u>MLE b/LAK,</u>) Miód naturalny por (<u>MI,</u>) Jabłka Herbata	Chleb orkiszowy (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Pasta rybna (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ser twarogowy (<u>MLE,</u>) Pomidor c (<u>POM,</u>) Sałata Herbata b/c
	II ŚN			Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ,</u>) Sok warzywny
	Obiad	Zupa neapolitańska I (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Kapusta faszerowana w sosie pomidorowym (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa wiejska II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Filet drobiowy gotowany w sosie II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa wiejska II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Filet drobiowy gotowany 08 (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sos szpinakowy (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z selera i jabłka b/c (<u>MLE, SEL,</u>) Ziemniaki Kompot b/c
	Kolacja	Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka biała Sałata Pomidor (<u>POM,</u>) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka konserwowa z indyka Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Herbata	Kisiel b/c Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka konserwowa z indyka b Papryka świeża Sałata Herbata b/c
	PN	Mus owocowy szt		Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)
		W.Ener: 2014.94 kcal; B: 81.50 g; T: 62.32 g; W: 295.30 g; : 3.88 g; Kw.tł.nasy.: 33.52 g; Bł.: 28.12 g; Sód: 1555.89 mg; W tym cukry.: 63.70 g;	W.Ener: 1929.21 kcal; B: 74.75 g; T: 59.15 g; W: 287.62 g; : 2.74 g; Kw.tł.nasy.: 34.85 g; Bł.: 28.68 g; Sód: 1108.24 mg; W tym cukry.: 73.95 g;	W.Ener: 2185.74 kcal; B: 100.45 g; T: 61.74 g; W: 312.29 g; : 4.21 g; Kw.tł.nasy.: 32.02 g; Bł.: 52.28 g; Sód: 1101.91 mg; W tym cukry.: 58.58 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-02-20 piątek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Miód naturalny por (<u>MI,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Ogonówka Ogórek kiszony Banan d Sałata Herbata	Kasza jęczmienna na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Dżem Pasta z jaj (<u>JAJ, MLE,</u>) Sałata Pomidor (<u>POM,</u>) Herbata	Chleb o niskim IG (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane (<u>JAJ,</u>) Połędwica drobiowa b (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Papryka świeża Sałata Herbata b/c
	II ŚN	Kefir (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Zupa jarzynowa I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, SO2, ORZ,</u>) Kopytka (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pieczarkowy (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Surówka z marchwi i chrzanu I (<u>MLE,</u>) Kompot s	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba miruna na parze (<u>RYB, MLE,</u>) Sos koperkowy (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) (<u>MLE,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba miruna na parze (<u>RYB, MLE,</u>) Sos koperkowy (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) (<u>MLE,</u>) Surówka z kapusty białej b/c Kasza jęczmienna (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot b/c
	Kolacja	Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Połędwica drobiowa (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Serek topiony (<u>MLE,</u>) Sałata Pomidor (<u>POM,</u>) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka mozaikowa Sałata Banan Herbata	Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka mozaikowa b Ogórek świeży Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Herbata b/c
	PN	Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK,</u>)		
		W.Ener: 2184.89 kcal; B: 84.62 g; T: 60.71 g; W: 345.84 g; : 6.02 g; Kw.tł.nasy.: 34.62 g; Bł.: 41.53 g; Sód: 2413.42 mg; W tym cukry:: 83.53 g;	W.Ener: 2109.94 kcal; B: 75.49 g; T: 83.16 g; W: 278.39 g; : 4.18 g; Kw.tł.nasy.: 48.30 g; Bł.: 26.98 g; Sód: 1681.52 mg; W tym cukry:: 93.86 g;	W.Ener: 2078.00 kcal; B: 81.69 g; T: 83.89 g; W: 258.88 g; : 6.37 g; Kw.tł.nasy.: 41.19 g; Bł.: 45.49 g; Sód: 2556.87 mg; W tym cukry:: 57.22 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 JĘCZ - 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: ,