

	01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	03. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	05. Dieta bogatoresztkowa	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	09. Dieta bogatobiałkowa	10. Dieta niskobiałkowa	11.C.Dieta wegetariańska	12. Dieta papkowata	P2. Dieta łatwostrawna od 10 do 18 lat
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Dżem Polewica drobiowa (GOR, SOJ, SO2.) Sałata Jabłka Herbata	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka biała wieprzowa -od szwagra Sałata Pomidor (POM.) Jabłka Herbata	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło III (MLE.) Szynka biała wieprzowa -od szwagra Pomidor (POM.) Jabłka Herbata	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Chleb razowy Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka biała wieprzowa -od szwagra c Dżem Pomidor c (POM.) Jabłka Herbata	Chleb orkiszowy (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy. Masło p (MLE.) Szynka biała wieprzowa -od szwagra c Pomidor c (POM.) Sałata Herbata b/c	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka biała wieprzowa -od szwagra Pomidor (POM.) Jabłka Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny (ML.) Pomidor c (POM.) Herbata Sok warzywny Jabłka	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Jajko gotowane (JAJ.) Pomidor (POM.) Ogórek kiszony Jabłka Herbata	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pasta z wędliny II (MLE.) Pomidor (POM.) Herbata	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło ( 82 % tł) II s/p (MLE.) Szynka biała wieprzowa -od szwagra Pomidor (POM.) Sałata Herbata
	II ŚN				Kefir (MLE.) Wafle ryżowe.. (GLU PSZ.)	Kefir (MLE.) Wafle ryżowe.				Jabłka
Obiad	Zupa z soczewicy (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM.) Bitki wieprzowe w sosie I (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.) Mizeria (MLE.) Ziemniaki Kompot s	Zupa ryżowa II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany w sosie II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki Kompot s	Zupa ryżowa III (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany w sosie II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana III (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki Kompot s	Zupa ryżowa III (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany w sosie II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z marchwi i chrzanu I (MLE.) Ziemniaki Kompot s	Zupa ryżowa III (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany w sosie II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej b/c Ziemniaki Kompot b/c	Zupa ryżowa II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany w sosie II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki Kompot s	Zupa ryżowa II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka w sosie pieczarkowym (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka z czerwonej kapusty Surówka z kapusty czerwonej b/c Sałata Kompot s Paluszki (GLU PSZ.)	Zupa ryżowa II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kopytka w sosie pieczarkowym (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Surówka z czerwonej kapusty Kompot s	Zupa ryżowa II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany w sosie II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki Kompot s	Zupa ryżowa II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany w sosie II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Marchew gotowana (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki 08 Kompot s
	PD					Paluszki (GLU PSZ.)				Paluszki (GLU PSZ.)
Kolaacja	Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Baleron Papryka konserwowa Sałata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Serek twar Almette 1p-30g (MLE b/LAK.) Jajko gotowane (JAJ.) Sałata Herbata	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło III (MLE.) Szynka z piersi indyka b Ser twarogowy 09 (MLE.) Herbata Sałata	Chleb razowy Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka z piersi indyka b Sałatka jarzynowa II (JAJ, MLE, SEL.) Banana Herbata	Kisiel b/c Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (MLE.) Ser twarogowy (MLE.) Szynka z piersi indyka b Ogórek świeży . Herbata b/c	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Serek twar Almette 1p-30g (MLE b/LAK.) Jajko gotowane (JAJ.) Herbata Sałata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Dżem Banana Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Serek topiony (MLE.) Sałatka jarzynowa II (JAJ, MLE, SEL.) Sałata Herbata	Zacierka na mleku (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Pasta z wędliny (MLE.) Jajko gotowane II (JAJ, MLE, SEL.) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło ( 82 % tł) II s/p (MLE.) Szynka z piersi indyka Jajko gotowane (JAJ.) Herbata Sałata
	PN	Sok owocowy kartonik ze słomką			Kefir (MLE.)	Bułka grahamka z wędliną (MLE.)	Sok owocowy kartonik ze słomką	Kisiel b/c Wafle ryżowe.	Sok owocowy kartonik ze słomką	
	W.Ener: 2198.37 kcal; B: 105.19 g; T: 51.84 g; W: 344.82 g; : 5.77 g; Kw.tł.nasy.: 26.34 g; Bł: 35.40 g; Sód: 2311.17 mg; W tym cukry: 58.92 g;	W.Ener: 2043.73 kcal; B: 80.50 g; T: 78.44 g; W: 267.01 g; : 3.29 g; Kw.tł.nasy.: 43.36 g; Bł: 31.02 g; Sód: 1331.74 mg; W tym cukry: 65.92 g;	W.Ener: 1970.43 kcal; B: 92.99 g; T: 53.22 g; W: 296.21 g; : 4.11 g; Kw.tł.nasy.: 29.85 g; Bł: 33.25 g; Sód: 1653.08 mg; W tym cukry: 73.53 g;	W.Ener: 2175.51 kcal; B: 85.04 g; T: 67.11 g; W: 329.06 g; : 4.62 g; Kw.tł.nasy.: 33.74 g; Bł: 41.86 g; Sód: 1857.71 mg; W tym cukry: 119.75 g;	W.Ener: 2044.83 kcal; B: 99.11 g; T: 57.39 g; W: 290.76 g; : 5.10 g; Kw.tł.nasy.: 29.99 g; Bł: 48.61 g; Sód: 2052.04 mg; W tym cukry: 61.57 g;	W.Ener: 2179.23 kcal; B: 90.44 g; T: 70.77 g; W: 295.56 g; : 3.43 g; Kw.tł.nasy.: 37.54 g; Bł: 32.79 g; Sód: 1386.99 mg; W tym cukry: 71.88 g;	W.Ener: 2045.03 kcal; B: 41.72 g; T: 43.87 g; W: 378.95 g; : 1.62 g; Kw.tł.nasy.: 24.77 g; Bł: 41.88 g; Sód: 660.57 mg; W tym cukry: 97.41 g;	W.Ener: 3073.09 kcal; B: 148.40 g; T: 136.94 g; W: 329.12 g; : 12.77 g; Kw.tł.nasy.: 97.59 g; Bł: 36.36 g; Sód: 5102.44 mg; W tym cukry: 83.64 g;	W.Ener: 2192.06 kcal; B: 94.04 g; T: 70.50 g; W: 313.14 g; : 4.64 g; Kw.tł.nasy.: 35.53 g; Bł: 36.82 g; Sód: 1872.64 mg; W tym cukry: 81.56 g;	W.Ener: 1947.83 kcal; B: 86.80 g; T: 65.57 g; W: 266.29 g; : 3.91 g; Kw.tł.nasy.: 33.75 g; Bł: 30.03 g; Sód: 1577.71 mg; W tym cukry: 64.74 g;

	01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	03. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	05. Dieta bogatoresztkowa	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	09. Dieta bogatobiałkowa	10. Dieta niskobiałkowa	11.C.Dieta wegetariańska	12. Dieta papkowata	P2. Dieta łatwostrawna od 10 do 18 lat	
2026-06-12 piątek	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> ) Pasta rybna ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> ) Ogórek świeży 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>ML.</u> ) Ryba w galarecie ( <u>RYB.</u> ) Sałata Banan Herbata	Płatki owsiane na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło III ( <u>MLE.</u> ) Miód naturalny por ( <u>ML.</u> ) Ryba w galarecie ( <u>RYB.</u> ) Sałata Herbata	Płatki owsiane na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Chleb razowy Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Miód naturalny por ( <u>ML.</u> ) Ryba w galarecie ( <u>RYB.</u> ) Papryka świeża. Sałata Herbata	Jogurt naturalny ( <u>MLE.</u> ) Chleb o niskim IG ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy. Masło p ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane ( <u>JAJ.</u> ) Sałata Rzodkiewka Herbata b/c	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>ML.</u> ) Ryba w galarecie ( <u>RYB.</u> ) Sałata Banan Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Miód naturalny ( <u>ML.</u> ) Banan Sok warzywny Herbata	Płatki owsiane na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Banan Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Miód naturalny por ( <u>ML.</u> ) Ryba w galarecie ( <u>RYB.</u> ) 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>ML.</u> ) Pasta z jaj ( <u>JAJ. MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</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> ) Jajko gotowane ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor ( <u>POM.</u> ) Banan Herbata
		II ŚN				Sok warzywny Wafle ryzowe.	Jogurt owocowy ( <u>MLE.</u> )				Sok owocowy kartonik ze słomką
2026-06-12 piątek	Obiad	Zupa barszcz ukraiński I ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.</u> ) Kotlety z jaj I ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Marchewka gotowana 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 III ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Pierogi leniwe z musem owocowym III ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Kompot s	Zupa jarzynowa III ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Pierogi leniwe z musem owocowym II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Banan Kompot s	Zupa jarzynowa III ( <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	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 III ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Filet drobiowy mielony ( <u>MLE.</u> ) Ziemniaki Marchew gotowana ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Kompot s	Zupa jarzynowa III ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> ) Pierogi leniwe z musem owocowym II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Kompot s	
		PD					Sok owocowy kartonik ze słomką				Herbatniki ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )
2026-06-12 piątek	Kolejacja	Chleb graham . Chleb 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 z piersi indyka Sałata Pomidor ( <u>POM.</u> ) Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło III ( <u>MLE.</u> ) Dżem Szynka z piersi indyka Pomidor ( <u>POM.</u> ) Sałata Jabłko pieczone Herbata	Chleb razowy Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi indyka Surówka wielowarzywna ( <u>SEL.</u> ) Pomidor c ( <u>POM.</u> ) Sałata Herbata Jabłka	Chleb razowy. Chleb graham . Masło p ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi indyka c Serek twar Almette 1p-30g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Pomidor c ( <u>POM.</u> ) Herbata b/c	Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi indyka b Sałata Jabłka Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Dżem Pomidor ( <u>POM.</u> ) Sałata Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Dżem Serek topiony ( <u>MLE.</u> ) Jabłka Herbata	Kasza mleczna z owocami- wypasiona ( <u>GLU PSZ. MLE b/LAK.</u> ) Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Pasta z wędliny ( <u>MLE.</u> ) Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Dżem Szynka z piersi indyka Sałata Jabłka Herbata
		PN	Jogurt naturalny ( <u>MLE.</u> )				Bułka grahamka z wędliną ( <u>MLE.</u> )	Jogurt naturalny ( <u>MLE.</u> )	Kisiel b/c Pieczywo chrupkie ( <u>GLU PSZ.</u> )	Kisiel b/c	Jogurt naturalny ( <u>MLE.</u> )
	W.Ener: 2129.14 kcal; B: 84.53 g; T: 69.85 g; W: 309.56 g; : 3.90 g; Kw.tł.nasy.: 34.63 g; Bł: 39.86 g; Sód: 1564.52 mg; W tym cukry: 90.48 g;	W.Ener: 2252.05 kcal; B: 97.92 g; T: 56.34 g; W: 354.04 g; : 2.89 g; Kw.tł.nasy.: 31.89 g; Bł: 32.33 g; Sód: 1168.41 mg; W tym cukry: 107.09 g;	W.Ener: 2218.56 kcal; B: 94.87 g; T: 45.96 g; W: 372.48 g; : 3.00 g; Kw.tł.nasy.: 24.87 g; Bł: 33.21 g; Sód: 1210.21 mg; W tym cukry: 108.03 g;	W.Ener: 2232.84 kcal; B: 100.70 g; T: 53.95 g; W: 357.56 g; : 3.17 g; Kw.tł.nasy.: 30.66 g; Bł: 43.76 g; Sód: 1280.39 mg; W tym cukry: 123.26 g;	W.Ener: 2107.43 kcal; B: 74.24 g; T: 79.94 g; W: 272.95 g; : 4.45 g; Kw.tł.nasy.: 39.59 g; Bł: 50.77 g; Sód: 1793.49 mg; W tym cukry: 54.06 g;	W.Ener: 2385.89 kcal; B: 103.15 g; T: 59.80 g; W: 373.79 g; : 3.21 g; Kw.tł.nasy.: 34.07 g; Bł: 31.67 g; Sód: 1291.61 mg; W tym cukry: 109.76 g;	W.Ener: 1920.90 kcal; B: 50.43 g; T: 43.44 g; W: 331.56 g; : 1.09 g; Kw.tł.nasy.: 25.55 g; Bł: 31.49 g; Sód: 446.61 mg; W tym cukry: 78.66 g;	W.Ener: 4224.40 kcal; B: 260.88 g; T: 191.99 g; W: 378.48 g; : 20.45 g; Kw.tł.nasy.: 161.12 g; Bł: 31.53 g; Sód: 8152.71 mg; W tym cukry: 108.10 g;	W.Ener: 2149.53 kcal; B: 89.93 g; T: 84.51 g; W: 269.02 g; : 3.65 g; Kw.tł.nasy.: 47.84 g; Bł: 25.98 g; Sód: 1467.36 mg; W tym cukry: 56.55 g;	W.Ener: 2325.00 kcal; B: 85.73 g; T: 59.15 g; W: 377.68 g; : 2.96 g; Kw.tł.nasy.: 29.12 g; Bł: 31.66 g; Sód: 1197.48 mg; W tym cukry: 113.31 g;	

	01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	03. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	05. Dieta bogatoresztkowa	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	09. Dieta bogatobiałkowa	10. Dieta niskobiałkowa	11.C.Dieta wegetariańska	12. Dieta papkowata	P2. Dieta łatwostrawna od 10 do 18 lat	
2026-06-13 sobota	Śniadanie	Kasza manna na mleku (GLU PSZ, MLE.) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Połudwica Sopacka (POM.) Salata Herbata	Kasza manna na mleku (GLU PSZ, MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny por (ML.) Szynka Hetmańska Salata Jabłka Herbata	Kasza manna na mleku (GLU PSZ, MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Szynka Hetmańska Salata Banan Herbata Miód naturalny por (ML.)	Jogurt naturalny (MLE.) Chleb razowy Dżem Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka Hetmańska Salata Surówka z kapusty pekińskiej Marchewka surowa Jabłka Herbata Miód naturalny por (ML.)	Chleb orkiszowy (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb razowy. Masło p (MLE.) Pasta rybna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Salata Papryka świeża. Herbata b/c	Kasza manna na mleku (GLU PSZ, MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka Hetmańska b Salata Jabłka Herbata Miód naturalny por (ML.)	Kasza manna na mleku (GLU PSZ, MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny (ML.) Miod naturalny (ML.) Jabłko pieczone Herbata	Kasza manna na mleku (GLU PSZ, MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Pasta rybna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Dżem Jabłka Herbata	Kasza manna na mleku (GLU PSZ, MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Pasta z wędliny II (MLE.) Herbata Miód naturalny por (ML.)	Kasza manna na mleku (GLU PSZ, MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Pasta z wędliny II (MLE.) Szynka Hetmańska Salata Herbata Miód naturalny por (ML.)
		II ŚN				Kefir (MLE.)	Jogurt owocowy (MLE.)				Jabłka
2026-06-13 sobota	Obiad	Zupa zacierkowa I (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.) Kotlet schabowy (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.) Surówka wielowarzywna (SEL.) Ziemniaki Kompot s	Zupa pomidorowa z makaronem II (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, POM.) Budyń mięsny (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki Kompot s	Zupa pomidorowa z makaronem III (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, POM.) Budyń mięsny (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane III (GLU PSZ.) Ziemniaki Kompot z jabłek s	Zupa pomidorowa z makaronem II (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, POM.) Filet drobiowy gotowany 08 (GLU PSZ, SEL.) Surówka z selera i jabłka b/c (MLE, SEL.) Surówka z kapusty czerwonej b/c Ziemniaki Kompot s	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, POM.) Budyń mięsny (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Buraki gotowane III (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki Kompot s	Zupa pomidorowa z makaronem II (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, POM.) Budyń mięsny (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki Kompot s	Zupa pomidorowa z makaronem III (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, POM.) Kotlety ziemniaczane I (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.) Surówka z selera i marchwi I (MLE, SEL.) Buraczki gotowane (GLU PSZ, MLE.) Kompot s	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, POM.) Kotlety ziemniaczane I (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.) Surówka z czerwonej kapusty Kompot s	Zupa pomidorowa z makaronem II (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, POM.) Budyń mięsny (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki 08 Kompot z jabłek s	Zupa pomidorowa z makaronem III (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, POM.) Budyń mięsny (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki 08 Kompot z jabłek s
		PD					Chrupki kukurydziane				Chrupki kukurydziane
2026-06-13 sobota	Kolacja	Chleb pszenno - żytni (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny (ML.) Twaróg z rzodkiewką (MLE.) Jabłka Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (MLE b/LAK.) Pasta z jaj (JAJ, MLE.) Pomidor (POM.) Salata Herbata	Salata Ser twarogowy 09 (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło III (MLE.) Połudwica drobiowa c (GOR, SOJ, SO2.) Dżem Pomidor (POM.) Herbata	Kisiel b/c Banan Chleb razowy Masło (82% tł.) (MLE.) Połudwica drobiowa (MLE.) Surówka z ogórka kiszonogo i kapusty (GOR.) Pomidor c (POM.) Herbata	Kisiel b/c Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (MLE.) Twaróg z rzodkiewką (MLE.) Szynka sołtysówka c Ogórek świeży . Salata Herbata b/c	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (MLE b/LAK.) Pasta z jaj (JAJ, MLE.) Pomidor (POM.) Salata Herbata	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Pomidor c (POM.) Dżem Herbata	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Twaróg z rzodkiewką (MLE.) Masło extra (MLE.) Ogórek świeży . Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Pasta z jaj (JAJ, MLE.) Pomidor (POM.) Salata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (MLE b/LAK.) Pasta z jaj (JAJ, MLE.) Salata Pomidor (POM.) Herbata
		PN	Sok warzywny				Bułka grahamka z wędliną (MLE.)	Sok warzywny			Kisiel b/c
	W.Ener: 2163.04 kcal; B: 95.23 g; T: 53.07 g; W: 339.48 g; : 4.12 g; Kw.tł.nasy.: 30.27 g; Bt:: 34.39 g; Sód: 1649.79 mg; W tym cukry:: 68.92 g;	W.Ener: 2128.43 kcal; B: 85.38 g; T: 74.72 g; W: 289.40 g; : 3.50 g; Kw.tł.nasy.: 37.90 g; Bt:: 29.40 g; Sód: 1410.75 mg; W tym cukry:: 77.71 g;	W.Ener: 2133.83 kcal; B: 99.18 g; T: 44.66 g; W: 345.69 g; : 4.26 g; Kw.tł.nasy.: 21.45 g; Bt:: 31.24 g; Sód: 1716.48 mg; W tym cukry:: 112.15 g;	W.Ener: 1998.51 kcal; B: 75.92 g; T: 44.75 g; W: 347.29 g; : 6.11 g; Kw.tł.nasy.: 24.33 g; Bt:: 55.08 g; Sód: 2455.71 mg; W tym cukry:: 123.18 g;	W.Ener: 2109.83 kcal; B: 113.03 g; T: 79.61 g; W: 267.99 g; : 5.09 g; Kw.tł.nasy.: 33.59 g; Bt:: 82.85 g; Sód: 2052.01 mg; W tym cukry:: 56.38 g;	W.Ener: 2373.43 kcal; B: 93.40 g; T: 79.02 g; W: 334.17 g; : 3.77 g; Kw.tł.nasy.: 40.11 g; Bt:: 31.68 g; Sód: 1518.20 mg; W tym cukry:: 81.91 g;	W.Ener: 2109.38 kcal; B: 50.57 g; T: 48.49 g; W: 384.22 g; : 2.28 g; Kw.tł.nasy.: 27.17 g; Bt:: 40.46 g; Sód: 923.77 mg; W tym cukry:: 93.11 g;	W.Ener: 2136.76 kcal; B: 74.18 g; T: 63.81 g; W: 341.20 g; : 2.43 g; Kw.tł.nasy.: 31.19 g; Bt:: 65.51 g; Sód: 979.13 mg; W tym cukry:: 81.29 g;	W.Ener: 2068.83 kcal; B: 83.67 g; T: 82.96 g; W: 258.74 g; : 3.46 g; Kw.tł.nasy.: 43.99 g; Bt:: 24.42 g; Sód: 1395.85 mg; W tym cukry:: 63.02 g;	W.Ener: 2005.97 kcal; B: 84.78 g; T: 64.28 g; W: 285.36 g; : 3.43 g; Kw.tł.nasy.: 30.53 g; Bt:: 28.11 g; Sód: 1385.99 mg; W tym cukry:: 81.59 g;	

	01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	03. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	05. Dieta bogatobiałkowa	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	09. Dieta bogatobiałkowa	10. Dieta niskobiałkowa	11.C.Dieta wegetariańska	12. Dieta papkowata	P2. Dieta łatwostrawna od 10 do 18 lat
Śniadanie	Bulka kajzerka ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Chleb razowy. Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa szynkowa Jabłka Salata Kakao na mleku ( <u>MLE, KOK.</u> )	Jogurt owocowy z owsianką ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa szynkowa Pomidor ( <u>POM.</u> ) Kakao na mleku ( <u>MLE, KOK.</u> )	Jogurt owocowy z owsianką ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło III ( <u>MLE.</u> ) Miód naturalny ( <u>MI.</u> ) Kielbasa szynkowa Pomidor ( <u>POM.</u> ) Salata Banana Herbata	Chleb razowy Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa szynkowa Surówka wielowarzywna ( <u>SEL.</u> ) Pomidor c ( <u>POM.</u> ) Salata Banana Herbata	Chleb orkiszowy ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Chleb graham . Masło p ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa szynkowa c Papryka świeża. Salata Herbata b/c	Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa szynkowa b Salata Pomidor ( <u>POM.</u> ) Kakao na mleku b/c ( <u>MLE, KOK.</u> )	Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Miód naturalny ( <u>MI.</u> ) Poledwica drobiowa ( <u>GOR, SOJ, SOZ.</u> ) Pomidor ( <u>POM.</u> ) Banana Herbata	Jogurt owocowy z owsianką ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Miód naturalny ( <u>MI.</u> ) Pomidor ( <u>POM.</u> ) Banana Kakao na mleku ( <u>MLE, KOK.</u> )	Jogurt owocowy z owsianką ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Pasta z wędliny II ( <u>MLE.</u> ) Pomidor ( <u>POM.</u> ) Miód naturalny ( <u>MI.</u> ) Kakao na mleku ( <u>MLE, KOK.</u> )	Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE.</u> ) Kielbasa szynkowa Pomidor ( <u>POM.</u> ) Salata Kakao na mleku ( <u>MLE, KOK.</u> )
	II ŚN				Jogurt naturalny ( <u>MLE.</u> )	Jogurt owocowy ( <u>MLE.</u> )				Jogurt owocowy ( <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> ) Schab gotowany w sosie własnym ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Marchew gotowana III ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kasza jęczmienna ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z jabłek s	Zupa zacierkowa II ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Udko gotowane II Surówka z marchwi i chrzanu I ( <u>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	Marchew gotowana ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Zupa zacierkowa II ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Udko gotowane II Surówka wielowarzywna ( <u>SEL.</u> ) Udko gotowane II Kasza jęczmienna ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot s	Zupa zacierkowa II ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kopytka w sosie pieczarkowym ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Marchew gotowana ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z selera i jabłka b/c ( <u>MLE, SEL.</u> ) Kompot z jabłek s	Zupa zacierkowa II ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Kopytka w sosie pieczarkowym ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Surówka wielowarzywna ( <u>SEL.</u> ) 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	Marchew gotowana ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Zupa zacierkowa III ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.</u> ) Udko gotowane II Kasza jęczmienna ( <u>GLU PSZ.</u> ) Kompot z jabłek s
	PD					Biszkopty . ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )				Biszkopty ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )
Kolacja	Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi indyka Pomidor ( <u>POM.</u> ) Banana Herbata Salata	Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Dżem Twaróg z mlekiem ( <u>MLE.</u> ) Jabłka Herbata	Jabłka Kisiel b/c Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Ser twarogowy ( <u>MLE.</u> ) Dżem Masło III ( <u>MLE.</u> ) Herbata	Chleb razowy Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Ser twarogowy ( <u>MLE.</u> ) Jabłka Surówka z selera z orzechem ( <u>MLE, SEL, ORZ, OZ.</u> ) Herbata Dżem	Kisiel b/c Chleb graham . Chleb razowy. Masło p ( <u>MLE.</u> ) Ryba w galarecie ( <u>RYB.</u> ) Serek twar Almette 1p-30g ( <u>MLE b/LAK.</u> ) Pomidor c ( <u>POM.</u> ) Jabłka Herbata b/c	Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Ser twarogowy ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi indyka b Jabłka Herbata Dżem Wafle ryżowe.	Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Dżem Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Salatka jarzynowa III ( <u>JAJ, MLE, SEL.</u> ) Salata Herbata Wafle ryżowe.	Kisiel b/c Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Pasta z zielonego groszku ( <u>SOZ.</u> ) Dżem Jabłka Herbata Wafle ryżowe.	Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Dżem Twaróg z mlekiem ( <u>MLE.</u> ) Herbata	Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> ) Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE.</u> ) Ser twarogowy ( <u>MLE.</u> ) Jabłka Herbata Dżem
	PN	Sok pomidorowy ( <u>POM.</u> )	Sok pomidorowy ( <u>POM.</u> ) Wafle ryżowe.	Sok pomidorowy ( <u>POM.</u> )	Bulka grahamka z wędliną ( <u>MLE.</u> )	Sok pomidorowy ( <u>POM.</u> )	Kisiel z/c	Sok pomidorowy ( <u>POM.</u> )	Sok pomidorowy ( <u>POM.</u> )	Chrupki kukurydziane
	W.Ener: 2185.62 kcal; B: 96.55 g; T: 73.99 g; W: 279.57 g; : 4.35 g; Kw.tł.nasy.: 34.63 g; Bt.: 30.82 g; Sód: 1743.08 mg; W tym cukry.: 86.65 g;	W.Ener: 2190.90 kcal; B: 97.59 g; T: 76.32 g; W: 266.09 g; : 3.01 g; Kw.tł.nasy.: 38.85 g; Bt.: 32.13 g; Sód: 1203.93 mg; W tym cukry.: 58.43 g;	W.Ener: 2252.64 kcal; B: 83.91 g; T: 50.34 g; W: 367.17 g; : 2.79 g; Kw.tł.nasy.: 27.80 g; Bt.: 41.59 g; Sód: 1124.99 mg; W tym cukry.: 90.28 g;	W.Ener: 2081.98 kcal; B: 86.66 g; T: 66.51 g; W: 291.29 g; : 3.48 g; Kw.tł.nasy.: 30.80 g; Bt.: 51.36 g; Sód: 1392.26 mg; W tym cukry.: 100.66 g;	W.Ener: 2085.40 kcal; B: 108.81 g; T: 71.94 g; W: 265.19 g; : 4.47 g; Kw.tł.nasy.: 32.94 g; Bt.: 42.30 g; Sód: 1788.40 mg; W tym cukry.: 54.91 g;	W.Ener: 2211.85 kcal; B: 99.89 g; T: 76.94 g; W: 268.24 g; : 4.09 g; Kw.tł.nasy.: 38.47 g; Bt.: 31.31 g; Sód: 1633.66 mg; W tym cukry.: 62.95 g;	W.Ener: 1976.15 kcal; B: 48.31 g; T: 47.59 g; W: 355.19 g; : 3.47 g; Kw.tł.nasy.: 25.91 g; Bt.: 49.46 g; Sód: 1403.08 mg; W tym cukry.: 91.45 g;	W.Ener: 2139.65 kcal; B: 51.33 g; T: 47.93 g; W: 368.92 g; : 1.93 g; Kw.tł.nasy.: 27.05 g; Bt.: 42.41 g; Sód: 775.79 mg; W tym cukry.: 98.96 g;	W.Ener: 2228.45 kcal; B: 96.58 g; T: 83.53 g; W: 267.06 g; : 3.02 g; Kw.tł.nasy.: 44.22 g; Bt.: 28.36 g; Sód: 1209.97 mg; W tym cukry.: 44.34 g;	W.Ener: 2038.34 kcal; B: 91.93 g; T: 67.18 g; W: 281.29 g; : 3.25 g; Kw.tł.nasy.: 32.25 g; Bt.: 30.31 g; Sód: 1296.18 mg; W tym cukry.: 68.09 g;

2026-06-14 niedziela

	01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	03. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	05. Dieta bogatoresztkowa	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	09. Dieta bogatobiałkowa	10. Dieta niskobiałkowa	11.C.Dieta wegetariańska	12. Dieta papkowata	P2. Dieta łatwostrawna od 10 do 18 lat	
2026-06-15 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku (MLE.) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Pasta z zielonego groszku i jaj (JAJ, MLE, SOZ.) Parówka na gorąco Papryka świeża Salata Herbata	Kasza kukurydziana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Pasta z jaj (JAJ, MLE.) Salata Pomidor (POM.) Herbata	Kasza kukurydziana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło III (MLE.) Szynka gotowana-wieprzowa c Salata Banan Herbata	Kasza kukurydziana na mleku (MLE.) Chleb razowy Masło (82% tł.) (MLE.) Pasta z jaj (JAJ, MLE.) Ogórek świeży . Papryka świeża. Salata Banan Herbata	Chleb razowy. Chleb o niskim IG (GLU PSZ.) Masło p (MLE.) Szynka gotowana-wieprzowa c Jajko gotowane (JAJ.) Ogórek świeży . Salata Herbata b/c	Kasza kukurydziana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Pasta z jaj (JAJ, MLE.) Szynka gotowana-wieprzowa c Pomidor (POM.) Salata Herbata	Kleik z kaszy mannej (GLU PSZ.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Dżem Pomidorli (POM.) Banan Herbata	Kasza kukurydziana na mleku (MLE.) Chleb graham . Chleb razowy. Masło (82% tł.) (MLE.) Serek twar Almette 1p-30g (MLE b/LAK.) Banan Herbata	Kasza kukurydziana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka gotowana - wieprzowa Pasta z jaj (JAJ, MLE.) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kasza kukurydziana na mleku (MLE.) Masło (82% tł) II s/p (MLE.) Pasta z jaj (JAJ, MLE.) Salata Herbata
		II ŚN				Pieczyczo chrupkie (GLU PSZ.) Sok warzywny	Jogurt Skyr naturalny (MLE b/LAK.)			Mus owocowo-warzywny	
	Obiad	Ziemniaki Zupa kapuśniak z białej kapusty I (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.) Ryba w sosie greckim I (GLU PSZ, RYB, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM.) Kompot s	Zupa brokułowa z ziemniakami II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z truskawkami (GLU PSZ, MLE.) Kompot s	Zupa brokułowa III (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z truskawkami III (GLU PSZ, MLE.) Kompot z jabłek s	Zupa brokułowa z ziemniakami II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż brązowy z truskawkami (MLE.) Kompot s	Zupa brokułowa III (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpety gotowane w sosie koperkowym (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Surówka z selera z orzechem (MLE, SEL, ORZ, OZ.) Surówka z marchwi b/c (MLE.) Makaron pełnoziarnisty (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Kompot b/c	Zupa brokułowa z ziemniakami II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z truskawkami (GLU PSZ, MLE.) Kompot s	Zupa brokułowa z ziemniakami II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z truskawkami III (GLU PSZ, MLE.) Kompot s	Zupa brokułowa z ziemniakami II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z truskawkami (GLU PSZ, MLE.) Kompot s	Zupa brokułowa z ziemniakami II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z truskawkami (GLU PSZ, MLE.) Kompot s	Zupa brokułowa III (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż z truskawkami (GLU PSZ, MLE.) Kompot z jabłek s
		PD				Sok warzywny					Paluszki (GLU PSZ.)
	Kolacja	Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Ogonówka Pomidor (POM.) Banan Salata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Poledwica drobiowa (GOR, SOJ, SOZ.) Salata Serek kanapkowy w plastrach (MLE b/LAK.) Salata Herbata Miód naturalny (MI.)	Kisiel z/c Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło III (MLE.) Miód naturalny (MI.) Poledwica drobiowa c (GOR, SOJ, SOZ.) Pomidor (POM.) Jabłka Salata Herbata	Kisiel z/c Chleb razowy Masło (82% tł.) (MLE.) Poledwica drobiowa (GOR, SOJ, SOZ.) Pomidor c (POM.) Jabłka Salata Herbata	Jogurt naturalny (MLE.) Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (MLE.) Poledwica drobiowa c (GOR, SOJ, SOZ.) Rzodkiewka Szczypior Salata Herbata b/c	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Poledwica drobiowa b (GOR, SOJ, SOZ.) Serek kanapkowy w plastrach (MLE b/LAK.) Salata Jabłka Herbata	Kisiel z/c Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny (MI.) Papryka świeża. Poledwica drobiowa (GOR, SOJ, SOZ.) Salata Jabłka Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Pomidorli (POM.) Salatka jarzynowa I (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, SOZ, ORZ.) Salata Herbata Miód naturalny (MI.)	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny (MI.) Poledwica drobiowa (GOR, SOJ, SOZ.) Pomidor (POM.) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł) II s/p (MLE.) Poledwica drobiowa (GOR, SOJ, SOZ.) Pomidor (POM.) Salata Herbata Miód naturalny (MI.)
		PN	Mus owocowo- warzywny	Mus owocowo- warzywny	Mus owocowo- warzywny Pieczyczo chrupkie (GLU PSZ.)	Bułka grahamka z wędliną (MLE.)	Mus owocowo-warzywny	Mus owocowo-warzywny Wafle ryżowe.. (GLU PSZ.)	Mus owocowo- warzywny	Serek Homogenizowany (MLE.)	
	W.Ener: 2278.68 kcal; B: 87.65 g; T: 87.56 g; W: 301.95 g; : 6.43 g; Kw.tł.nasy.: 35.46 g; Bł: 34.50 g; Sód: 2587.15 mg; W tym cukry: 89.19 g;	W.Ener: 2075.38 kcal; B: 63.57 g; T: 74.27 g; W: 298.86 g; : 3.28 g; Kw.tł.nasy.: 41.70 g; Bł: 22.37 g; Sód: 1319.06 mg; W tym cukry: 82.62 g;	W.Ener: 2038.95 kcal; B: 58.42 g; T: 42.29 g; W: 355.91 g; : 3.71 g; Kw.tł.nasy.: 23.14 g; Bł: 25.88 g; Sód: 1491.62 mg; W tym cukry: 123.87 g;	W.Ener: 2049.86 kcal; B: 56.99 g; T: 63.76 g; W: 316.34 g; : 2.93 g; Kw.tł.nasy.: 34.92 g; Bł: 33.71 g; Sód: 1170.44 mg; W tym cukry: 108.90 g;	W.Ener: 2465.97 kcal; B: 112.49 g; T: 101.74 g; W: 314.74 g; : 6.15 g; Kw.tł.nasy.: 35.70 g; Bł: 145.22 g; Sód: 2468.47 mg; W tym cukry: 55.80 g;	W.Ener: 2233.88 kcal; B: 89.52 g; T: 76.28 g; W: 305.33 g; : 4.48 g; Kw.tł.nasy.: 42.58 g; Bł: 24.07 g; Sód: 1798.12 mg; W tym cukry: 82.12 g;	W.Ener: 1970.75 kcal; B: 42.66 g; T: 44.48 g; W: 352.20 g; : 2.50 g; Kw.tł.nasy.: 25.17 g; Bł: 29.53 g; Sód: 1007.77 mg; W tym cukry: 104.51 g;	W.Ener: 2195.91 kcal; B: 49.05 g; T: 74.82 g; W: 344.05 g; : 2.93 g; Kw.tł.nasy.: 37.41 g; Bł: 29.19 g; Sód: 1182.33 mg; W tym cukry: 111.73 g;	W.Ener: 1961.48 kcal; B: 64.99 g; T: 65.56 g; W: 287.03 g; : 4.17 g; Kw.tł.nasy.: 35.92 g; Bł: 19.09 g; Sód: 1673.91 mg; W tym cukry: 67.87 g;	W.Ener: 2218.43 kcal; B: 79.00 g; T: 64.89 g; W: 336.18 g; : 3.10 g; Kw.tł.nasy.: 33.89 g; Bł: 19.83 g; Sód: 1247.36 mg; W tym cukry: 102.15 g;	

	01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	03. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	05. Dieta bogatoresztkowa	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	09. Dieta bogatobiałkowa	10. Dieta niskobiałkowa	11.C.Dieta wegetariańska	12. Dieta papkowata	P2. Dieta łatwostrawna od 10 do 18 lat
<b>Śniadanie</b>	Makaron na mleku ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb graham . Chleb pszenno - żytni ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE,</b> ) Połędwica drobiowa. ( <b>GÓR, SOJ, SO2,</b> ) Ogórek świeży Salata Kawa zbożowa na mleku ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Makaron na mleku ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE,</b> ) Miód naturalny ( <b>MI,</b> ) Szynka Hetmańska Salata Jabłko Kawa zbożowa na mleku ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Makaron na mleku ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło III ( <b>MLE,</b> ) Szynka Hetmańska c Miód naturalny ( <b>MI,</b> ) Salata Banana Herbata	Makaron na mleku ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb razowy Masło (82% tł.) ( <b>MLE,</b> ) Szynka Hetmańska Salata Marchewka surowa Kawa zbożowa na mleku ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Miód naturalny ( <b>MI,</b> ) Ogórek świeży .	Chleb orkiszowy ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Chleb graham . Masło p ( <b>MLE,</b> ) Szynka Hetmańska c Papryka świeża. Salata Herbata b/c	Makaron na mleku ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE,</b> ) Szynka Hetmańska b Salata Banana d Kawa zbożowa na mleku ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Miód naturalny ( <b>MI,</b> )	Kleik z kaszy mannej z żółtkiem i miodem ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, MI,</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło extra ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty ( <b>MLE,</b> ) Miód naturalny ( <b>MI,</b> ) Ogórek świeży Banana Herbata	Makaron na mleku ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło extra ( <b>MLE,</b> ) Ser żółty ( <b>MLE,</b> ) Miód naturalny ( <b>MI,</b> ) Ogórek świeży Salata Banana Herbata	Makaron na mleku ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Pastę z wędliny II ( <b>MLE,</b> ) Miód naturalny ( <b>MI,</b> ) Banana Kawa zbożowa na mleku ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Makaron na mleku ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło ( 82 % tł) II s/p ( <b>MLE,</b> ) Szynka Hetmańska Banana Jabłko Kawa zbożowa na mleku ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Miód naturalny ( <b>MI,</b> )
<b>II ŚN</b>					Kefir ( <b>MLE,</b> )	Jogurt owocowy ( <b>MLE,</b> )				Jogurt owocowy ( <b>MLE,</b> )
<b>Obiad</b>	Zupa szpinakowa ziemniakami I ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GÓR, SOJ, ORZ,</b> ) Wątroba drobiowa smażona z cebulką I ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GÓR, SOJ, ORZ,</b> ) Kasza jęczmienna ( <b>GLU PSZ,</b> ) Buraczki gotowane ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Salata Kompot s	Zupa krupnik z kaszy jaglanej II ( <b>MLE, SEL,</b> ) Filet z indyka gotowany Sos szpinakowy ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <b>MLE,</b> ) Ziemniaki Kompot s	Zupa krupnik z kaszajaglanej III ( <b>MLE, SEL,</b> ) Filet z indyka gotowany Sos szpinakowy ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bukiet warzyw(kalafior, brokuł, marchew) III ( <b>MLE,</b> ) Ziemniaki Kompot s	Zupa krupnik z kaszy jaglanej II ( <b>MLE, SEL,</b> ) Filet z indyka gotowany Surówka wielowarzywna ( <b>SEL,</b> ) Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <b>MLE,</b> ) Ryż brązowy na sypko ( <b>MLE,</b> ) Kompot s	Zupa krupnik z kaszajaglanej III ( <b>MLE, SEL,</b> ) Filet z indyka gotowany Sos szpinakowy ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Surówka wielowarzywna b/c ( <b>SEL,</b> ) Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <b>MLE,</b> ) Ziemniaki Kompot s	Zupa krupnik z kaszy jaglanej II ( <b>MLE, SEL,</b> ) Filet z indyka gotowany Sos szpinakowy ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <b>MLE,</b> ) Ziemniaki Kompot s	Zupa krupnik z kaszajaglanej III ( <b>MLE, SEL,</b> ) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GÓR, SOJ, ORZ,</b> ) Surówka wielowarzywna ( <b>SEL,</b> ) Kompot s	Zupa krupnik z kaszy jaglanej II ( <b>MLE, SEL,</b> ) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GÓR, SOJ, ORZ,</b> ) Surówka wielowarzywna ( <b>SEL,</b> ) Kompot s	Zupa krupnik z kaszy jaglanej II ( <b>MLE, SEL,</b> ) Filet z indyka gotowany Sos szpinakowy ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <b>MLE,</b> ) Ziemniaki Kompot s	Zupa krupnik z kaszajaglanej III ( <b>MLE, SEL,</b> ) Filet z indyka gotowany Sos szpinakowy ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <b>MLE,</b> ) Ziemniaki 08 Kompot s
<b>PD</b>						Jogurt naturalny ( <b>MLE,</b> )				Chrupki kukurydziane
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenno - żytni ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE,</b> ) Pasta twarogowa z pomidorem susz. ( <b>MLE,</b> ) Jabłko Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE,</b> ) Połędwica drobiowa ( <b>GÓR, SOJ, SO2,</b> ) Pomidor ( <b>POM,</b> ) Salata Herbata	Jogurt owocowy ( <b>MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło III ( <b>MLE,</b> ) Połędwica drobiowa c ( <b>GÓR, SOJ, SO2,</b> ) Pomidor ( <b>POM,</b> ) Jabłko Herbata	Jabłko Chleb razowy Masło (82% tł.) ( <b>MLE,</b> ) Połędwica drobiowa ( <b>GÓR, SOJ, SO2,</b> ) Pomidor c ( <b>POM,</b> ) Herbata	Kisiel b/c Chleb graham . Chleb razowy. Masło p ( <b>MLE,</b> ) Pasta twarogowa z pomidorem susz. ( <b>MLE,</b> ) Połędwica drobiowa c ( <b>GÓR, SOJ, SO2,</b> ) Pomidor c ( <b>POM,</b> ) Herbata b/c	Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE,</b> ) Połędwica drobiowa c ( <b>GÓR, SOJ, SO2,</b> ) Pomidor ( <b>POM,</b> ) Jabłko Herbata	Kisiel z/c Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE,</b> ) Dżem Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło extra ( <b>MLE,</b> ) Serek Homogenizowany ( <b>MLE,</b> ) Jabłko Herbata	Kisiel z/c Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Pastę z wędliny II ( <b>MLE,</b> ) Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło ( 82 % tł) II s/p ( <b>MLE,</b> ) Połędwica drobiowa ( <b>GÓR, SOJ, SO2,</b> ) Pomidor ( <b>POM,</b> ) Salata Herbata
<b>PN</b>	Wafle ryżowe. Mleko smakowe w kartoniku 200ml ( <b>MLE b/LAK,</b> )		Sok warzywny	Sok pomidorowy ( <b>POM,</b> )	Bułka grahamka z wędliną ( <b>MLE,</b> )	Mleko smakowe w kartoniku 200ml ( <b>MLE b/LAK,</b> )	Mus owocowy szt Wafle ryżowe.	Jogurt owocowy ( <b>MLE,</b> )	Serek Homogenizowany ( <b>MLE,</b> )	
	W.Ener: 2390.38 kcal; B: 97.34 g; T: 70.48 g; W: 339.91 g; : 4.61 g; Kw.tł.nasy.: 38.36 g; Bł: 35.86 g; Sód: 1847.50 mg; W tym cukry: 88.52 g;	W.Ener: 2045.05 kcal; B: 76.09 g; T: 66.40 g; W: 278.83 g; : 3.89 g; Kw.tł.nasy.: 38.00 g; Bł: 25.00 g; Sód: 1565.87 mg; W tym cukry: 73.13 g;	W.Ener: 2010.14 kcal; B: 77.74 g; T: 46.89 g; W: 329.29 g; : 4.18 g; Kw.tł.nasy.: 25.01 g; Bł: 27.51 g; Sód: 1681.37 mg; W tym cukry: 97.04 g;	W.Ener: 2081.34 kcal; B: 78.86 g; T: 66.57 g; W: 291.05 g; : 4.01 g; Kw.tł.nasy.: 38.39 g; Bł: 36.25 g; Sód: 1612.81 mg; W tym cukry: 86.54 g;	W.Ener: 2047.81 kcal; B: 96.88 g; T: 72.67 g; W: 266.92 g; : 5.09 g; Kw.tł.nasy.: 39.20 g; Bł: 39.09 g; Sód: 2047.30 mg; W tym cukry: 46.26 g;	W.Ener: 2358.65 kcal; B: 89.06 g; T: 73.26 g; W: 342.29 g; : 4.58 g; Kw.tł.nasy.: 42.10 g; Bł: 26.29 g; Sód: 1841.52 mg; W tym cukry: 110.41 g;	W.Ener: 2027.54 kcal; B: 49.76 g; T: 60.50 g; W: 321.56 g; : 2.01 g; Kw.tł.nasy.: 33.01 g; Bł: 28.12 g; Sód: 816.13 mg; W tym cukry: 71.67 g;	W.Ener: 2259.79 kcal; B: 76.89 g; T: 66.26 g; W: 351.72 g; : 3.25 g; Kw.tł.nasy.: 37.64 g; Bł: 29.61 g; Sód: 1310.43 mg; W tym cukry: 134.49 g;	W.Ener: 2196.08 kcal; B: 92.79 g; T: 64.55 g; W: 320.18 g; : 4.12 g; Kw.tł.nasy.: 36.00 g; Bł: 23.17 g; Sód: 1654.89 mg; W tym cukry: 122.37 g;	W.Ener: 2176.52 kcal; B: 95.29 g; T: 67.92 g; W: 305.47 g; : 4.18 g; Kw.tł.nasy.: 37.15 g; Bł: 23.36 g; Sód: 1675.23 mg; W tym cukry: 103.95 g;

	01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	03. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	05. Dieta bogatoresztkowa	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	09. Dieta bogatobiałkowa	10. Dieta niskobiałkowa	11.C.Dieta wegetariańska	12. Dieta papkowata	P2. Dieta łatwostrawna od 10 do 18 lat	
2026-06-17 środa	Śniadanie	Ryż na mleku ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Pasta z jaj I ( <b>JAJ, MLE, GOR.</b> ) Szynka biała- drobiowa Sałata Banan Herbata	Ryż na mleku ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> ) Dżem Galaretką z kurczaka II Sałata Banan Herbata	Ryż na mleku ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło III ( <b>MLE.</b> ) Dżem Galaretką drobiowa III Sałata Banan Herbata	Kisiel b/c Chleb razowy Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> ) Galaretką z kurczaka II Ogórek świeży . Surówka z papryki I ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.</b> ) Sałata Herbata	Kisiel b/c Chleb pełnoziarnisty ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU OW.</b> ) Chleb razowy. Masło p ( <b>MLE.</b> ) Galaretką drobiowa III Jajko gotowane ( <b>JAJ.</b> ) Sałata Herbata b/c Ogórek świeży .	Ryż na mleku ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Galaretką z kurczaka II Dżem Sałata Banan Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> ) Szynka biała- drobiowa Sałata Banan Herbata	Ryż na mleku ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> ) Ryba w galarecie ( <b>RYB.</b> ) Sałata Banan Herbata	Ryż na mleku ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> ) Galaretką z kurczaka II Herbata	Ryż na mleku ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło ( 82 % tł) II s/p ( <b>MLE.</b> ) Dżem Galaretką drobiowa III Sałata Herbata
		II ŚN			Jogurt naturalny ( <b>MLE.</b> )	Budyń ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )				Banan	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem I ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM.</b> ) Bigos ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.</b> ) Ziemniaki Kompot s	Zupa ziemniaczana z koperkiem ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Potrawka z szynki II ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew gotowana ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kasza jęczmienna ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot s	Zupa ziemniaczana z koperkiem III ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Potrawka z szynki III ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew gotowana III ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kasza jęczmienna ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot s	Zupa ziemniaczana z koperkiem ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Potrawka z szynki II ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z białej kapusty I Surówka z selera z orzechem ( <b>MLE, SEL, ORZ, OZ.</b> ) Kasza jęczmienna ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot s	Zupa ziemniaczana z koperkiem ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Potrawka z szynki II ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Surówka z selera z orzechem ( <b>MLE, SEL, ORZ, OZ.</b> ) Surówka z kapusty białej b/c Kasza jęczmienna ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot b/c	Zupa ziemniaczana z koperkiem III ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Potrawka z szynki II ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew gotowana ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kasza jęczmienna ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot s	Zupa ziemniaczana z koperkiem ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pyzy ziemniaczane ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Surówka wielowarzywna ( <b>SEL.</b> ) Surówka z selera i marchwi I ( <b>MLE, SEL.</b> ) Kompot s	Zupa ziemniaczana z koperkiem ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i pomidorem suszonym ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Kompot s	Zupa ziemniaczana z koperkiem ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Mięso z szynki mielone ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kasza jęczmienna ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot s	Zupa ziemniaczana z koperkiem ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Potrawka z szynki II ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Marchew gotowana ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> ) Kasza jęczmienna ( <b>GLU PSZ.</b> ) Kompot s
		PD				Jogurt owocowy ( <b>MLE.</b> )				Biszkopty ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	
	Kolejacja	Chleb pszenno - żytni ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> ) Pasta rybna ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Serek twarogowy śmiet 1p-16g ( <b>MLE b/LAK.</b> ) Sałata Jabłka Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi indyka Pomidor ( <b>POM.</b> ) Sałata Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło III ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi indyka Pomidor ( <b>POM.</b> ) Herbata	Chleb razowy Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi indyka c Surówka z marchwi i chrzanzu I ( <b>MLE.</b> ) Pomidor c ( <b>POM.</b> ) Jabłka Herbata	Chleb graham . Chleb razowy. Masło p ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi indyka b Papryka świeża. Sałata Herbata b/c Pomidor c ( <b>POM.</b> )	Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi indyka b Pomidor ( <b>POM.</b> ) Sałata Herbata	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> ) Dżem PomidorII ( <b>POM.</b> ) Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> ) Serek Ziarnisty ( <b>MLE.</b> ) Pomidor ( <b>POM.</b> ) Herbata	Makaron na mleku ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> ) Pasta z wędliny II ( <b>MLE.</b> ) Herbata	Sałata Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Masło ( 82 % tł) II s/p ( <b>MLE.</b> ) Szynka z piersi indyka Pomidor ( <b>POM.</b> ) Herbata
		PN	Jogurt naturalny ( <b>MLE.</b> )	Bułka kajzerka ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Jogurt naturalny ( <b>MLE.</b> )	Dżem Bułka kajzerka ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Bułka grahamka z wędliną ( <b>MLE.</b> )	Jogurt naturalny ( <b>MLE.</b> )	Mus owocowo-warzywny Chrupki kukurydziane	Dżem Bułka kajzerka ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Kisiel b/c	Jogurt owocowy ( <b>MLE.</b> )
	W.Ener: 2351.73 kcal; B: 105.05 g; T: 69.70 g; W: 342.33 g; : 5.67 g; Kw.tł.nasy.: 31.71 g; Bł.: 33.64 g; Sód: 2274.71 mg; W tym cukry: 111.49 g;	W.Ener: 2138.58 kcal; B: 90.91 g; T: 72.54 g; W: 296.33 g; : 4.48 g; Kw.tł.nasy.: 40.09 g; Bł.: 30.70 g; Sód: 1800.51 mg; W tym cukry: 89.34 g;	W.Ener: 2157.39 kcal; B: 92.77 g; T: 51.79 g; W: 348.88 g; : 5.27 g; Kw.tł.nasy.: 28.08 g; Bł.: 36.76 g; Sód: 2117.72 mg; W tym cukry: 98.14 g;	W.Ener: 2037.54 kcal; B: 85.45 g; T: 65.65 g; W: 303.67 g; : 5.68 g; Kw.tł.nasy.: 32.99 g; Bł.: 53.51 g; Sód: 2277.49 mg; W tym cukry: 80.16 g;	W.Ener: 2078.18 kcal; B: 103.61 g; T: 68.86 g; W: 279.01 g; : 5.89 g; Kw.tł.nasy.: 33.56 g; Bł.: 49.78 g; Sód: 2359.99 mg; W tym cukry: 53.75 g;	W.Ener: 2365.12 kcal; B: 104.28 g; T: 66.66 g; W: 352.72 g; : 5.09 g; Kw.tł.nasy.: 35.84 g; Bł.: 30.74 g; Sód: 2041.65 mg; W tym cukry: 123.59 g;	W.Ener: 2012.26 kcal; B: 46.21 g; T: 61.05 g; W: 342.17 g; : 2.77 g; Kw.tł.nasy.: 23.96 g; Bł.: 43.96 g; Sód: 1116.73 mg; W tym cukry: 79.38 g;	W.Ener: 2157.50 kcal; B: 94.65 g; T: 85.49 g; W: 297.82 g; : 4.23 g; Kw.tł.nasy.: 38.81 g; Bł.: 109.79 g; Sód: 1703.51 mg; W tym cukry: 81.26 g;	W.Ener: 2144.98 kcal; B: 95.70 g; T: 84.19 g; W: 263.84 g; : 4.95 g; Kw.tł.nasy.: 47.61 g; Bł.: 25.44 g; Sód: 1986.11 mg; W tym cukry: 66.29 g;	W.Ener: 2048.72 kcal; B: 85.41 g; T: 58.04 g; W: 311.98 g; : 4.36 g; Kw.tł.nasy.: 33.05 g; Bł.: 30.75 g; Sód: 1750.20 mg; W tym cukry: 89.42 g;	

	01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	03. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	05. Dieta bogatoresztkowa	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	09. Dieta bogatobiałkowa	10. Dieta niskobiałkowa	11.C.Dieta wegetariańska	12. Dieta papkowata	P2. Dieta łatwostrawna od 10 do 18 lat
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Dżem Galaretką z kurczaka I (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.) Sałata Jabłka Herbata	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Serek kanapkowy w plastrach (MLE b/LAK, MI.) Miód naturalny por (MI.) Jabłka Herbata	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło III (MLE.) Ser twarogowy 09 (MLE.) Miód naturalny por (MI.) Jabłka Herbata	Kefir (MLE.) Chleb razowy Masło (82% tł.) (MLE.) Ser twarogowy (MLE.) Rzodkiewka Jabłka Herbata	Chleb orkiszowy (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb graham. Masło p (MLE.) Pasta rybna (GLU PSZ, JAJ.) Ser twarogowy (MLE.) Pomidor c (POM.) Sałata Herbata b/c	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Poledwica drobiowa b (GOR, SOJ, SO2.) Ser twarogowy (MLE.) Jabłka Herbata	Kleik ryżowy z żółtym i masłem (GLU PSZ, JAJ, MLE, MI.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny (MI.) Herbata	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Serek twar Almette 1p-30g (MLE b/LAK.) Jabłka Herbata	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny por (MI.) Ser twarogowy (MLE.) Jabłko pieczone Herbata	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny por (MI.) Ser twarogowy (MLE.) Jabłka Herbata Miód naturalny por (MI.)
	II ŚN					Pieczywo chrupkie (GLU PSZ.) Sok warzywny	Jogurt Skyr naturalny (MLE b/LAK.)			
Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami I (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.) Karkówka pieczona w sosie własnym I (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.) Surówka z czerwonej kapusty Ryż na sypko (GLU PSZ, MLE.) Kompot s	Zupa wiejska II (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Filet drobiowy gotowany w sosie II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki Kompot s	Zupa wiejska III (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Filet drobiowy gotowany w sosie II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane III (GLU PSZ.) Ziemniaki Kompot s	Zupa wiejska II (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Filet drobiowy gotowany w sosie II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Surówka z selera i marchwi I (MLE, SEL.) Surówka z czerwonej kapusty Ziemniaki Kompot s	Zupa wiejska II (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Filet drobiowy gotowany 08 (GLU PSZ, SEL.) Sos koperkowy (GLU PSZ, MLE.) Surówka z selera i jabłka b/c (MLE, SEL.) Ziemniaki Kompot b/c Surówka z kapusty czerwonej b/c	Zupa wiejska II (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Filet drobiowy gotowany w sosie II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki Kompot s	Zupa wiejska III (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kotlety ziemniaczane I (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.) Surówka z czerwonej kapusty Kompot s	Zupa wiejska II (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Kotlety ziemniaczane I (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.) Surówka z czerwonej kapusty Kompot s	Zupa wiejska II (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Filet drobiowy mielony (MLE.) Buraczki gotowane (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki Kompot s	Zupa wiejska II (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL.) Filet drobiowy gotowany w sosie II (GLU PSZ, MLE, SEL.) Buraczki gotowane (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki 08 Kompot s
	PD						Banan			
Kolacja	Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka gotowana - wieprzowa Sałata Papryka świeża Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka z piersi indyka Sałata jarzynowa II (JAJ, MLE, SEL.) Sałata Herbata	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło III (MLE.) Szynka z piersi indyka b Sałata Herbata	Kisiel b/c Chleb razowy Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka z piersi indyka b Sałata Pomidor c (POM.) Herbata	Kisiel b/c Chleb graham. Chleb razowy. Masło p (MLE.) Szynka z piersi indyka b Papryka świeża. Sałata Herbata b/c	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Sałatka jarzynowa II (JAJ, MLE, SEL.) Szynka z piersi indyka b Sałata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Sałatka jarzynowa III (JAJ, MLE, SEL.) Pomidor c (POM.) Sałata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Jajko gotowane (JAJ.) Sałata Pomidor c (POM.) Herbata	Kleik ryżowy Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Pasta z wędliny (MLE.) Pomidor (POM.) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka z piersi indyka Sałata Herbata
	PN	Sok pomidorowy (POM.)		Chrupki kukurydziane Sok pomidorowy (POM.)	Sok pomidorowy (POM.) Ciasto drożdżowe (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Bułka grahamka z wędliną (MLE.)	Sok pomidorowy (POM.)	sok owocowy		Sok pomidorowy (POM.)
	W.Ener: 2221.61 kcal; B: 92.78 g; T: 70.67 g; W: 301.63 g; : 3.51 g; Kw.tł.nasy.: 36.22 g; Bł: 34.14 g; Sód: 1414.96 mg; W tym cukry: 71.82 g;	W.Ener: 2209.99 kcal; B: 77.50 g; T: 69.34 g; W: 318.13 g; : 3.03 g; Kw.tł.nasy.: 36.44 g; Bł: 36.86 g; Sód: 1229.24 mg; W tym cukry: 82.58 g;	W.Ener: 2086.23 kcal; B: 91.38 g; T: 41.80 g; W: 334.23 g; : 2.96 g; Kw.tł.nasy.: 23.10 g; Bł: 34.94 g; Sód: 1190.19 mg; W tym cukry: 82.63 g;	W.Ener: 2057.91 kcal; B: 86.98 g; T: 58.16 g; W: 302.80 g; : 3.10 g; Kw.tł.nasy.: 33.53 g; Bł: 49.59 g; Sód: 1248.69 mg; W tym cukry: 81.43 g;	W.Ener: 2069.24 kcal; B: 94.55 g; T: 53.96 g; W: 306.51 g; : 4.00 g; Kw.tł.nasy.: 27.40 g; Bł: 52.11 g; Sód: 1609.10 mg; W tym cukry: 56.11 g;	W.Ener: 2433.98 kcal; B: 113.16 g; T: 65.21 g; W: 349.46 g; : 4.24 g; Kw.tł.nasy.: 33.51 g; Bł: 39.92 g; Sód: 1711.90 mg; W tym cukry: 119.21 g;	W.Ener: 2149.16 kcal; B: 51.95 g; T: 61.71 g; W: 364.51 g; : 1.90 g; Kw.tł.nasy.: 31.98 g; Bł: 34.57 g; Sód: 781.81 mg; W tym cukry: 69.00 g;	W.Ener: 2032.56 kcal; B: 57.74 g; T: 62.13 g; W: 324.11 g; : 1.95 g; Kw.tł.nasy.: 32.96 g; Bł: 29.34 g; Sód: 795.23 mg; W tym cukry: 74.03 g;	W.Ener: 2040.14 kcal; B: 84.04 g; T: 62.85 g; W: 278.91 g; : 2.78 g; Kw.tł.nasy.: 37.71 g; Bł: 27.70 g; Sód: 1123.30 mg; W tym cukry: 74.55 g;	W.Ener: 2284.01 kcal; B: 92.97 g; T: 59.17 g; W: 361.41 g; : 2.77 g; Kw.tł.nasy.: 33.27 g; Bł: 36.19 g; Sód: 1122.18 mg; W tym cukry: 115.83 g;

	01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	03. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	05. Dieta bogatoresztkowa	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	09. Dieta bogatobiałkowa	10. Dieta niskobiałkowa	11.C.Dieta wegetariańska	12. Dieta papkowata	P2. Dieta łatwostrawna od 10 do 18 lat	
2026-06-19 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 świeży Salata Herbata	Bulka wroclawska 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> ) Salata Pomidor ( <u>POM</u> ) Herbata	Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bulka wroclawska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Masło III ( <u>MLE</u> ) Poledwica drobiowa c ( <u>GOR, SOJ, SO2</u> ) Pomidor ( <u>POM</u> ) Salata Banan Herbata	Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb razowy Masło (82% tł.) ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor c ( <u>POM</u> ) Salata Herbata	Chleb o niskim IG ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb graham . Masło p ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane ( <u>JAJ</u> ) Poledwica drobiowa c ( <u>GOR, SOJ, SO2</u> ) Papryka świeża. Salata Herbata b/c	Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bulka wroclawska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor ( <u>POM</u> ) Salata Herbata	Bulka wroclawska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Masło III ( <u>MLE</u> ) Miód naturalny ( <u>MI</u> ) PomidorII ( <u>POM</u> ) Jabłka Herbata kleik ryżowy z żółciem i masłem ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, MI</u> )	Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bulka wroclawska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE</u> ) Miód naturalny por ( <u>MI</u> ) Pomidor c ( <u>POM</u> ) Jabłka Herbata	Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bulka wroclawska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Pasta z jaj ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor ( <u>POM</u> ) Herbata	Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bulka wroclawska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Masło (82 % tł) II s/p ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj ( <u>JAJ, MLE</u> ) Salata Pomidor ( <u>POM</u> ) Herbata
		II ŚN	Kefir ( <u>MLE</u> )					Sok owocowy kartonik ze słomką			
2026-06-19 piątek	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 III ( <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(kalafior, brokuł, marchew) III Ziemniaki Kompot s	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami III ( <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> ) Surówka z białej kapusty I Ziemniaki Kompot s	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/c ( <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	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(kalafior, brokuł, marchew) III Ziemniaki Kompot s	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami III ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty z truskawkami ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) 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 koperkowy ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <u>MLE</u> ) Ziemniaki Kompot s	Zupa kalafiorowa 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(marchew, brokuły) 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> ) Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <u>MLE</u> ) Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki 08 Kompot s Ziemniaki 08
		PD	Sok owocowy kartonik ze słomką					Chrupki kukurydziane			
2026-06-19 piątek	Kolaacja	Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE</u> ) Poledwica drobiowa. ( <u>GOR, SOJ, SO2</u> ) Serek topiony ( <u>MLE</u> ) Salata Pomidor ( <u>POM</u> ) Herbata	Bulka wroclawska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE</u> ) Dżem Szynka Hetmańska Salata Banan Herbata	Kisiel b/c Bulka wroclawska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Masło III ( <u>MLE</u> ) Dżem Szynka Hetmańska c Salata Jabłka Herbata	Chleb razowy Masło (82% tł.) ( <u>MLE</u> ) Szynka Hetmańska c Papryka świeża Salata Banan Herbata	Chleb graham . Chleb razowy. Masło p ( <u>MLE</u> ) Szynka Hetmańska b Ogórek świeży Pomidor c ( <u>POM</u> ) Salata Herbata b/c	Bulka wroclawska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE</u> ) Dżem Szynka Hetmańska b Salata Herbata Banan	Kisiel b/c Bulka wroclawska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Masło III ( <u>MLE</u> ) Dżem Surówka z białej kapusty I Banan Herbata	Bulka wroclawska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE</u> ) Dżem Surówka z białej kapusty I Banan Herbata	Kasza manna na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bulka wroclawska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE</u> ) Dżem Pasta z wędziny ( <u>MLE</u> ) Banan Herbata	Salata Bulka wroclawska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> ) Masło (82 % tł) II s/p ( <u>MLE</u> ) Szynka Hetmańska Dżem Banan Herbata
		PN	Serek Ziarnisty ( <u>MLE</u> )	Jogurt owocowy ( <u>MLE</u> ) Wafle ryżowe.	Serek Ziarnisty ( <u>MLE</u> )	Bulka grahamka z wędliną ( <u>MLE</u> )	Serek Ziarnisty ( <u>MLE</u> )	sok owocowy	Serek Ziarnisty ( <u>MLE</u> )	Jogurt owocowy ( <u>MLE</u> )	
		W.Ener: 2198.24 kcal; B: 95.13 g; T: 58.12 g; W: 344.72 g; : 6.19 g; Kw.tł.nasy.: 32.94 g; Bł: 42.88 g; Sód: 2485.61 mg; W tym cukry: 63.03 g;	W.Ener: 2337.12 kcal; B: 110.08 g; T: 81.36 g; W: 305.51 g; : 5.16 g; Kw.tł.nasy.: 44.62 g; Bł: 29.31 g; Sód: 2072.60 mg; W tym cukry: 102.60 g;	W.Ener: 2089.80 kcal; B: 87.24 g; T: 45.03 g; W: 341.19 g; : 4.69 g; Kw.tł.nasy.: 23.68 g; Bł: 31.85 g; Sód: 1882.68 mg; W tym cukry: 112.08 g;	W.Ener: 2264.80 kcal; B: 112.70 g; T: 76.37 g; W: 300.88 g; : 5.45 g; Kw.tł.nasy.: 41.70 g; Bł: 38.94 g; Sód: 2191.66 mg; W tym cukry: 116.73 g;	W.Ener: 2273.49 kcal; B: 112.07 g; T: 78.90 g; W: 291.15 g; : 5.84 g; Kw.tł.nasy.: 36.10 g; Bł: 50.77 g; Sód: 2340.31 mg; W tym cukry: 59.17 g;	W.Ener: 2392.56 kcal; B: 116.73 g; T: 76.34 g; W: 323.99 g; : 5.51 g; Kw.tł.nasy.: 40.94 g; Bł: 29.45 g; Sód: 2215.34 mg; W tym cukry: 108.79 g;	W.Ener: 2068.66 kcal; B: 51.43 g; T: 77.01 g; W: 340.61 g; : 2.36 g; Kw.tł.nasy.: 30.62 g; Bł: 112.56 g; Sód: 954.49 mg; W tym cukry: 93.16 g;	W.Ener: 2393.88 kcal; B: 95.72 g; T: 70.19 g; W: 364.25 g; : 4.07 g; Kw.tł.nasy.: 40.62 g; Bł: 39.41 g; Sód: 1634.90 mg; W tym cukry: 131.31 g;	W.Ener: 2405.60 kcal; B: 120.19 g; T: 76.05 g; W: 324.39 g; : 6.38 g; Kw.tł.nasy.: 40.74 g; Bł: 29.57 g; Sód: 2564.05 mg; W tym cukry: 111.50 g;	W.Ener: 2343.90 kcal; B: 95.27 g; T: 67.31 g; W: 354.56 g; : 4.00 g; Kw.tł.nasy.: 35.34 g; Bł: 31.58 g; Sód: 1604.42 mg; W tym cukry: 100.15 g;

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	03. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	05. Dieta bogatoresztkowa	06. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	09. Dieta bogatobiałkowa	10. Dieta niskobiałkowa	11.C.Dieta wegetariańska	12. Dieta papkowata	P2. Dieta łatwostrawna od 10 do 18 lat
2026-06-20 sobota	Śniadanie	Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Szynka z piersi 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 z piersi 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> ) Szynka z piersi indyka b Sałata Banan Herbata	Chleb razowy Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi indyka Surówka z kapusty pekińskiej Sałata Jabłka Jogurt naturalny ( <u>MLE.</u> ) Herbata	Chleb orkiszowy ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> ) Chleb graham. Masło p ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi indyka b Papryka świeża. Sałata Herbata b/c		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 z piersi indyka b Sałata Kawa zbożowa na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )	Kleik z kaszy mannej z żółtkiem i miodem ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. MI.</u> ) Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Dżem Jajko gotowane ( <u>JAJ.</u> ) 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> ) Pasta z wędliny II ( <u>MLE.</u> ) 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.) II s/p ( <u>MLE.</u> ) Szynka z piersi indyka Sałata Jabłka Kawa zbożowa na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )
	II ŚN						Serek wiejski lekki ( <u>MLE b/LAK.</u> )				Jogurt owocowy ( <u>MLE.</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 III ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> ) Pulpety drobiowe w sosie II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Buraczki gotowane III ( <u>GLU PSZ.</u> ) Ziemniaki Kompot z jabłek 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 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 b/c ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Ziemniaki Kompot b/c	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> ) Knedle z owocami ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) 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> ) Buraczki gotowane ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) Ziemniaki 08 Kompot z jabłek s
	PD						Jabłka				Herbatki ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )
	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	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło III ( <u>MLE.</u> ) Ser twarogowy 09 ( <u>MLE.</u> ) Pomidor ( <u>POM.</u> ) Herbata	Chleb razowy Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Dżem Ser twarogowy ( <u>MLE.</u> ) Surówka z ogórka kiszzonego i kapusty ( <u>GOR.</u> ) Marchewka surowa Herbata	Chleb o niskim IG ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb razowy. Masło p ( <u>MLE.</u> ) Poledwica drobiowa c ( <u>GOR. SOJ. SOZ.</u> ) Ogórek świeży . Sałata Herbata b/c	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> ) Banan Herbata	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty ( <u>MLE.</u> ) Pomidor ( <u>POM.</u> ) Banan Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Ser twarogowy ( <u>MLE.</u> ) Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) Ser twarogowy ( <u>MLE.</u> ) Herbata	Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> ) Masło (82% tł.) II s/p ( <u>MLE.</u> ) Ser twarogowy ( <u>MLE.</u> ) Pomidor ( <u>POM.</u> ) Herbata
	PN	Pieczyczo chrupkie ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miód naturalny por ( <u>MI.</u> )	Miód naturalny por ( <u>MI.</u> ) Pieczyczo chrupkie ( <u>GLU PSZ.</u> )	Pieczyczo chrupkie ( <u>GLU PSZ.</u> )	Bułka grahamka z wędliną ( <u>MLE.</u> )	Pieczyczo chrupkie ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miód naturalny por ( <u>MI.</u> )	Pieczyczo chrupkie ( <u>GLU PSZ.</u> ) Miód naturalny por ( <u>MI.</u> )	Kisiel b/c	Pieczyczo chrupkie ( <u>GLU PSZ.</u> )	Kisiel b/c	Pieczyczo chrupkie ( <u>GLU PSZ.</u> )
		W.Ener: 2278.89 kcal; B: 87.71 g; T: 71.77 g; W: 322.70 g; : 5.21 g; Kw.łt.nasy.: 40.17 g; Bł: 31.09 g; Sód: 2096.33 mg; W tym cukry.: 87.56 g;	W.Ener: 2229.34 kcal; B: 97.72 g; T: 75.40 g; W: 290.08 g; : 3.23 g; Kw.łt.nasy.: 41.08 g; Bł: 26.74 g; Sód: 1300.43 mg; W tym cukry.: 91.95 g;	W.Ener: 2144.48 kcal; B: 95.51 g; T: 46.26 g; W: 339.09 g; : 3.23 g; Kw.łt.nasy.: 21.73 g; Bł: 31.34 g; Sód: 1304.07 mg; W tym cukry.: 123.69 g;	W.Ener: 2207.67 kcal; B: 90.57 g; T: 67.49 g; W: 322.18 g; : 5.51 g; Kw.łt.nasy.: 36.19 g; Bł: 51.13 g; Sód: 2215.49 mg; W tym cukry.: 123.32 g;	W.Ener: 2296.58 kcal; B: 108.95 g; T: 85.49 g; W: 287.59 g; : 4.93 g; Kw.łt.nasy.: 38.49 g; Bł: 50.46 g; Sód: 1981.06 mg; W tym cukry.: 53.88 g;	W.Ener: 2534.73 kcal; B: 117.18 g; T: 80.72 g; W: 336.49 g; : 3.40 g; Kw.łt.nasy.: 44.41 g; Bł: 29.80 g; Sód: 1366.83 mg; W tym cukry.: 126.52 g;	W.Ener: 2352.45 kcal; B: 41.72 g; T: 95.07 g; W: 332.01 g; : 3.25 g; Kw.łt.nasy.: 56.00 g; Bł: 23.18 g; Sód: 1315.55 mg; W tym cukry.: 103.48 g;	W.Ener: 2244.60 kcal; B: 65.99 g; T: 101.63 g; W: 263.95 g; : 4.72 g; Kw.łt.nasy.: 59.26 g; Bł: 19.77 g; Sód: 1896.21 mg; W tym cukry.: 100.04 g;	W.Ener: 2092.39 kcal; B: 93.11 g; T: 82.20 g; W: 255.61 g; : 3.40 g; Kw.łt.nasy.: 46.03 g; Bł: 21.99 g; Sód: 1367.54 mg; W tym cukry.: 74.63 g;	W.Ener: 2231.54 kcal; B: 98.64 g; T: 73.01 g; W: 294.56 g; : 3.52 g; Kw.łt.nasy.: 37.46 g; Bł: 25.26 g; Sód: 1414.66 mg; W tym cukry.: 108.91 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: ,