

		01. Dieta podstawowa	02. Dieta łatwostrawna	03. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	04. Dieta bogatoresztkowa	05. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	06. Dieta bogatobiałkowa	10. Dieta niskobiałkowa	11.C.Dieta wegetariańska	12. Dieta papkowata	P2. Dieta łatwostrawna od 10 do 18 lat
2026-07-11 sobota	Śniadanie	Makaron na mleku (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb razowy. Chle p szenno - żytni. (<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>) 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 Herbata	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 jablek 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>) 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 jablek s		
	PD						Jabłka				Herbatniki (<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>) Jabłka 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 Banan Herbata	Chleb o niskim IG (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy. Masło p (<u>MLE.</u>) Połędwica 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>) Pomidor c (<u>POM.</u>) Banan Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<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 (<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	Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ.</u>) Miód naturalny por (<u>MI.</u>)	Miód naturalny por (<u>MI.</u>) Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ.</u>)		Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE.</u>)	Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ.</u>) Miód naturalny por (<u>MI.</u>)		Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ.</u>)	Kisiel b/c	Pieczywo 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.tł.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.tł.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.tł.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.tł.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.tł.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.tł.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.tł.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.tł.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.tł.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.tł.nasy.: 37.46 g; Bł: 25.26 g; Sód: 1414.66 mg; W tym cukry.: 108.91 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
2026-07-12 niedziela	Śniadanie	Jogurt owocowy z owsianką (MLE b/LAK.) Bułka kajzerka (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Chleb razowy. Masło (82% tł.) (MLE.) Pasta z soczewicy z pomidorem suszonym Dżem Jabłka Kakao na mleku (MLE. KOK.)	Jogurt owocowy z owsianką (MLE b/LAK.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny (MI.) Szynka gotowana - wieprzowa Salata Banan d Kakao na mleku (MLE. KOK.)	Jogurt owocowy z owsianką (MLE b/LAK.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło III (MLE.) Miód naturalny (MI.) Szynka gotowana - wieprzowa Salata Banan Herbata	Chleb razowy Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka gotowana - wieprzowa b Ser twarogowy (MLE.) Surówka wielowarzywna (SEL.) Banan Salata Herbata	Chleb pełnoziarnisty (GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU OW.) Chleb graham. Masło p (MLE.) Szynka gotowana-wieprzowa c Papryka świeża. Salata Kakao na mleku b/c (MLE. KOK.)	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny (MI.) Szynka gotowana-wieprzowa c Salata Banan Kakao na mleku b/c (MLE. KOK.)	Kleik z kaszy mannej (GLU PSZ.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Ser twarogowy 09 (MLE.) Miód naturalny (MI.) Dżem Poledwica drobiowa (GÓR. SOJ. SO2.) Banan Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Ser twarogowy 09 (MLE.) Miód naturalny (MI.) Banan Herbata	Kasza kukurydziana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Ser twarogowy (MLE.) Miód naturalny (MI.) Kakao na mleku (MLE. KOK.)	Kasza mleczna z owocami- wypasiona (GLU PSZ. MLE b/LAK.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82 % tł) II s/p (MLE.) Miód naturalny (MI.) Szynka gotowana - wieprzowa Kakao na mleku (MLE. KOK.) Salata
	II ŚN					Jogurt naturalny (MLE.)	Jogurt owocowy (MLE.)				Banan
	Obiad	Zupa kalafiorowa I (GLU PSZ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.) Filet drobiowy panierowany I (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.) Surówka z selera i marchwi I (MLE. SEL.) Kasza jęczmienna (GLU PSZ.) Kompot s	Zupa kalafiorowa II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Udko gotowane II Marchew gotowana (GLU PSZ. MLE.) Ryż na sypko (GLU PSZ. MLE.) Kompot s	Zupa kalafiorowa III (GLU PSZ. MLE. SEL.) Filet drobiowy gotowany w sosie II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Marchew gotowana III (GLU PSZ. MLE.) Ryż na sypko III (GLU PSZ.) Kompot z jabłek s	Zupa kalafiorowa II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Udko gotowane II Surówka z kapusty pekińskiej Surówka z marchwi i chrzanu I (MLE.) Ryż brązowy na sypko (MLE.) Kompot s	Zupa kalafiorowa III (GLU PSZ. MLE. SEL.) Udko gotowane II Surówka wielowarzywna b/c (SEL.) Ryż brązowy na sypko (MLE.) Kompot b/c	Zupa kalafiorowa II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Udko gotowane II Marchew gotowana III (GLU PSZ. MLE.) Ryż na sypko (GLU PSZ. MLE.) Kompot s	Zupa kalafiorowa II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kopytka w sosie pieczarkowym (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej Surówka z marchwi i chrzanu I (MLE.) Kompot z jabłek s	Zupa kalafiorowa II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ryż z truskawkami (GLU PSZ. MLE.) Kompot s	Zupa kalafiorowa II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Udko gotowane II Marchew gotowana III (GLU PSZ. MLE.) Ryż na sypko (GLU PSZ. MLE.) Kompot s	Zupa kalafiorowa II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Udko gotowane II Marchew gotowana III (GLU PSZ. MLE.) Ryż na sypko (GLU PSZ. MLE.) Kompot z jabłek s
	PD						Biszkopty . (GLU PSZ. JAJ.)				Biszkopty (GLU PSZ. JAJ.)
	Kolacja	Chleb graham. Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka gotowana - wieprzowa b Ogórek świeży Herbata	Salata Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka Bianka-drobiowa z indyka (POM.) Herbata Jabłka	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło III (MLE.) Ser twarogowy (MLE.) Szynka Bianka-drobiowa z indyka Pomidor (POM.) Herbata Jabłka	Chleb razowy Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka Bianka-drobiowa z indyka Surówka z czerwonej kapusty Pomidor (POM.) Herbata	Kisiel b/c Chleb orkiszowy (GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JECZ.) Chleb graham. Masło p (MLE.) Szynka Bianka-drobiowa z indyka c Pomidor c (POM.) Salata Herbata b/c	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Ser twarogowy (MLE.) Szynka Bianka-drobiowa z indyka c Pomidor (POM.) Herbata	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny (MI.) Salatka jarzynowa III (JAJ. MLE. SEL.) Herbata	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Jajko gotowane (JAJ.) Pomidor c (POM.) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Pasta z wędliny II (MLE.) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82 % tł) II s/p (MLE.) Szynka Bianka-drobiowa z indyka Pomidor (POM.) Salata Herbata
	PN		Sok pomidorowy (POM.) Wafle ryżowe.			Bułka grahamka z wędliną (MLE.)	Sok pomidorowy (POM.) Wafle ryżowe.	Wafle ryżowe. Sok warzywny	Wafle ryżowe. Sok pomidorowy (POM.)	Kisiel b/c	Sok owocowy kartonik ze słomką Wafle ryżowe.
		W.Ener: 2346.61 kcal; B: 94.26 g; T: 58.95 g; W: 354.17 g; : 4.20 g; Kw.tł.nasy.: 29.02 g; Bł: 46.98 g; Sód: 1681.28 mg; W tym cukry.: 59.94 g;	W.Ener: 2307.15 kcal; B: 86.67 g; T: 76.86 g; W: 305.54 g; : 4.88 g; Kw.tł.nasy.: 39.41 g; Bł: 33.28 g; Sód: 1958.01 mg; W tym cukry.: 85.29 g;	W.Ener: 2171.35 kcal; B: 86.18 g; T: 43.42 g; W: 346.38 g; : 3.79 g; Kw.tł.nasy.: 24.88 g; Bł: 39.83 g; Sód: 1528.95 mg; W tym cukry.: 93.69 g;	W.Ener: 2127.76 kcal; B: 94.72 g; T: 71.68 g; W: 272.17 g; : 5.43 g; Kw.tł.nasy.: 37.18 g; Bł: 46.70 g; Sód: 2174.24 mg; W tym cukry.: 97.14 g;	W.Ener: 2066.16 kcal; B: 98.65 g; T: 77.74 g; W: 256.44 g; : 5.09 g; Kw.tł.nasy.: 36.62 g; Bł: 30.03 g; Sód: 2039.51 mg; W tym cukry.: 52.64 g;	W.Ener: 2410.73 kcal; B: 103.71 g; T: 78.09 g; W: 306.90 g; : 5.50 g; Kw.tł.nasy.: 40.73 g; Bł: 30.03 g; Sód: 2210.02 mg; W tym cukry.: 88.21 g;	W.Ener: 2055.37 kcal; B: 48.97 g; T: 44.48 g; W: 376.18 g; : 4.37 g; Kw.tł.nasy.: 24.21 g; Bł: 46.57 g; Sód: 1758.04 mg; W tym cukry.: 88.33 g;	W.Ener: 2043.02 kcal; B: 64.56 g; T: 59.70 g; W: 297.04 g; : 2.63 g; Kw.tł.nasy.: 33.70 g; Bł: 24.46 g; Sód: 1068.95 mg; W tym cukry.: 87.79 g;	W.Ener: 2052.17 kcal; B: 93.72 g; T: 73.38 g; W: 265.05 g; : 4.34 g; Kw.tł.nasy.: 37.98 g; Bł: 22.14 g; Sód: 1740.34 mg; W tym cukry.: 65.64 g;	W.Ener: 2267.46 kcal; B: 84.84 g; T: 72.49 g; W: 318.80 g; : 4.85 g; Kw.tł.nasy.: 36.76 g; Bł: 27.22 g; Sód: 1948.50 mg; W tym cukry.: 86.57 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	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>) Pasztecik drobiowy p (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata Pomidor (<u>POM.</u>) Jabłko 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>) Kiełbasa szynkowa Pomidor (<u>POM.</u>) Salata Jabłko Herbata	Płatki owsiane na mleku (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło III (<u>MLE.</u>) Szyntka Biała-drobiowa z indyka c Pomidor (<u>POM.</u>) Salata Jabłko Herbata	Jogurt naturalny (<u>MLE.</u>) Chleb razowy Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Kiełbasa szynkowa c Pomidor c (<u>POM.</u>) Salata Jabłko Herbata	Kisiel b/c Chleb o niskim IG (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb razowy. Masło p (<u>MLE.</u>) Pasta twarogowa z pomidorem susz. (<u>MLE.</u>) Papryka świeża. Herbata b/c	Płatki owsiane na mleku (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kiełbasa szynkowa c Pomidor (<u>POM.</u>) Salata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Dżem Pomidor II (<u>POM.</u>) Jabłko Herbata Kiełb z kaszy mannej (<u>GLU PSZ.</u>)	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 (<u>MI.</u>) Pomidor II (<u>POM.</u>) Jabłko 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>) Pasta z wędliny II (<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) II s/p (<u>MLE.</u>) Kiełbasa szynkowa Pomidor (<u>POM.</u>) Herbata Salata
II śniadanie					Wafle ryżowe. Sok pomidorowy (<u>POM.</u>)	Budyń (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Mus owocowy szt
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 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>) Pierogi leniwe z musem III (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kompot z jabłek s	Zupa szpinakowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany w sosie II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z marchwi i słonecznikiem (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i jabłko b/c (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki 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	Zupa szpinakowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany w sosie II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana III (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa szpinakowa III (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Knedle z owocami (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Surówka z marchwi b/c (<u>MLE.</u>) 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>) Mięso z szynki mielone (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) 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 z jabłek s
PD						Jogurt owocowy (<u>MLE.</u>)				Paluszki (<u>GLU PSZ.</u>)
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>) Salata Rzodkiewka Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Dżem Jajko gotowane (<u>JAJ.</u>) Banan Salata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło III (<u>MLE.</u>) Dżem Połędwica drobiowa b (<u>GOR, SOJ, SO2.</u>) Salata Banan Herbata	Chleb razowy Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży . Salata Banan Herbata Dżem	Jogurt naturalny (<u>MLE.</u>) Chleb razowy. Chleb graham . Masło p (<u>MLE.</u>) Połędwica drobiowa c (<u>GOR, SOJ, SO2.</u>) Pomidor c (<u>POM.</u>) Salata Herbata b/c	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Dżem Jajko gotowane (<u>JAJ.</u>) Salata Banan Herbata	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Dżem Miód naturalny (<u>MI.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Salata Banan Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Dżem Pasta z jaj (<u>JAJ, MLE.</u>) Salata 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>) Jajko gotowane (<u>JAJ.</u>) Salata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło (82 % tł) II s/p (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane (<u>JAJ.</u>) Salata Herbata
PN	Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK.</u>)			Chrupki kukurydziane Sok owocowy kartonik ze słomką	Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE.</u>)	Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK.</u>)	Sok owocowy kartonik ze słomką	Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK.</u>)		
	W.Ener: 2204.20 kcal; B: 101.94 g; T: 75.54 g; W: 296.09 g; : 4.44 g; Kw.tł.nasy.: 34.68 g; Bł: 35.60 g; Sód: 1781.61 mg; W tym cukry: 84.87 g;	W.Ener: 2252.70 kcal; B: 97.00 g; T: 67.68 g; W: 329.31 g; : 2.71 g; Kw.tł.nasy.: 36.24 g; Bł: 32.53 g; Sód: 1101.07 mg; W tym cukry: 99.11 g;	W.Ener: 2091.25 kcal; B: 87.38 g; T: 46.82 g; W: 344.82 g; : 3.47 g; Kw.tł.nasy.: 25.69 g; Bł: 30.76 g; Sód: 1405.55 mg; W tym cukry: 101.80 g;	W.Ener: 2093.19 kcal; B: 85.22 g; T: 61.90 g; W: 324.28 g; : 3.97 g; Kw.tł.nasy.: 32.02 g; Bł: 51.73 g; Sód: 1603.88 mg; W tym cukry: 107.30 g;	W.Ener: 2136.63 kcal; B: 106.23 g; T: 61.45 g; W: 275.83 g; : 6.31 g; Kw.tł.nasy.: 27.76 g; Bł: 37.96 g; Sód: 2533.77 mg; W tym cukry: 59.34 g;	W.Ener: 2437.04 kcal; B: 115.38 g; T: 68.76 g; W: 357.83 g; : 4.09 g; Kw.tł.nasy.: 35.61 g; Bł: 37.96 g; Sód: 1654.77 mg; W tym cukry: 127.39 g;	W.Ener: 2012.53 kcal; B: 31.46 g; T: 66.06 g; W: 339.24 g; : 3.32 g; Kw.tł.nasy.: 40.22 g; Bł: 32.93 g; Sód: 797.92 mg; W tym cukry: 112.85 g;	W.Ener: 2312.26 kcal; B: 91.74 g; T: 67.75 g; W: 349.78 g; : 1.95 g; Kw.tł.nasy.: 36.76 g; Bł: 28.71 g; Sód: 2350.32 mg; W tym cukry: 101.10 g;	W.Ener: 2234.47 kcal; B: 96.63 g; T: 79.66 g; W: 296.78 g; : 5.84 g; Kw.tł.nasy.: 46.83 g; Bł: 27.37 g; Sód: 1133.77 mg; W tym cukry: 102.30 g;	W.Ener: 2078.72 kcal; B: 98.76 g; T: 59.95 g; W: 296.73 g; : 2.80 g; Kw.tł.nasy.: 31.04 g; Bł: 27.37 g; Sód: 1133.77 mg; W tym cukry: 54.92 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	Makaron na mleku (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Połudwica drobiowa. (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Papryka świeża 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 soltysówka Sałata Banan Herbata	Makaron na mleku (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło III (<u>MLE,</u>) Szynka soltysówka Serek twarogowy śmiet 1p-16g (<u>MLE b/LAK,</u>) Sałata Banan Herbata	Makaron na mleku (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb razowy Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (<u>MLE b/LAK,</u>) Szynka soltysówka Surówka z selera i jabłka b/c (<u>MLE, SEL,</u>) Ogórek świeży . Sałata Herbata Chleb graham . Banan	Chleb orkiszowy (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb graham . Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka soltysówka c Papryka świeża. Sałata Banan 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 soltysówka c Serek twar Almette 1p-30g (<u>MLE b/LAK,</u>) Sałata Banan d Herbata	Kasza manna na rosole (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Miód naturalny por (<u>MI,</u>) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (<u>MLE b/LAK,</u>) Banan Herbata	Makaron na mleku (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło extra (<u>MLE,</u>) Ser żółty (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży . Sałata Banan Biszkopty (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Herbata	Makaron na mleku (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Pasta z wędliny II (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (<u>MLE b/LAK,</u>) Banan Herbata	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 soltysówka Serek twarogowy śmiet 1p-16g (<u>MLE b/LAK,</u>) Sałata Banan Herbata
II ŚN					Kefir (<u>MLE,</u>)	Jogurt owocowy (<u>MLE,</u>)				Jogurt owocowy (<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>) Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) (<u>MLE,</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa krupnik z kaszy jaglanej II (<u>MLE, SEL,</u>) Filet z indyka gotowany Surówka wielowarzywna (<u>SEL,</u>) Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) (<u>MLE,</u>) Ryż brązowy na sypko (<u>MLE,</u>) 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 b/c (<u>SEL,</u>) Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) (<u>MLE,</u>) Ziemniaki 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>) Zapiekanka ziemniaczana III (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Surówka wielowarzywna (<u>SEL,</u>) Kompot s	Zupa krupnik z kaszy jaglanej II (<u>MLE, SEL,</u>) Zapiekanka z ziemniaków i warzyw (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Surówka wielowarzywna (<u>SEL,</u>) 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>) Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) (<u>MLE,</u>) Ziemniaki 08 Kompot s
PD						Serek Homogenizowany (<u>MLE,</u>)				Chrupki kukurydziane
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>) Połudwica drobiowa (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Pomidor (<u>POM,</u>) Sałata Jabłka Herbata Miód naturalny por (<u>MI,</u>)	Jogurt owocowy (<u>MLE,</u>) Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło III (<u>MLE,</u>) Połudwica drobiowa c (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Pomidor (<u>POM,</u>) Jabłka Herbata	Chleb razowy Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Połudwica drobiowa (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Pomidor c (<u>POM,</u>) Jabłka Herbata Kisiel b/c	Kisiel b/c Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Połudwica drobiowa c (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Pomidor c (<u>POM,</u>) Herbata b/c	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Połudwica drobiowa c (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Pomidor (<u>POM,</u>) Jabłka Herbata	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Serek Homogenizowany (<u>MLE,</u>) Jabłka Papryka świeża. Herbata Pomidor c (<u>POM,</u>)	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło extra (<u>MLE,</u>) Serek Homogenizowany (<u>MLE,</u>) Jabłka Herbata	Ryż na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Pasta z wędliny II (<u>MLE,</u>) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82 % tł) II s/p (<u>MLE,</u>) Połudwica drobiowa (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Pomidor (<u>POM,</u>) Jabłka Herbata
PN	Mus owocowo-warzywny	Pieczwyo chrupkie (<u>GLU PSZ,</u>) Mus owocowo-warzywny		Mus owocowo-warzywny	Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)		Pieczwyo chrupkie (<u>GLU PSZ,</u>) Mus owocowo-warzywny		Mus owocowo-warzywny	
	W.Ener: 2265.47 kcal; B: 91.74 g; T: 70.28 g; W: 332.47 g; : 4.48 g; Kw.tł.nasy.: 38.54 g; Bł: 33.53 g; Sód: 1793.89 mg; W tym cukry.: 77.24 g;	W.Ener: 2063.47 kcal; B: 74.00 g; T: 61.33 g; W: 305.63 g; : 3.63 g; Kw.tł.nasy.: 35.04 g; Bł: 29.86 g; Sód: 1465.73 mg; W tym cukry.: 94.34 g;	W.Ener: 2062.14 kcal; B: 78.88 g; T: 48.33 g; W: 329.23 g; : 3.94 g; Kw.tł.nasy.: 26.29 g; Bł: 28.70 g; Sód: 1585.02 mg; W tym cukry.: 97.14 g;	W.Ener: 2117.84 kcal; B: 77.46 g; T: 64.94 g; W: 328.50 g; : 4.21 g; Kw.tł.nasy.: 37.62 g; Bł: 45.10 g; Sód: 1695.58 mg; W tym cukry.: 113.52 g;	W.Ener: 2084.01 kcal; B: 82.78 g; T: 67.77 g; W: 302.70 g; : 4.97 g; Kw.tł.nasy.: 36.90 g; Bł: 41.68 g; Sód: 2000.92 mg; W tym cukry.: 77.28 g;	W.Ener: 2441.65 kcal; B: 98.05 g; T: 80.89 g; W: 327.98 g; : 4.54 g; Kw.tł.nasy.: 46.39 g; Bł: 29.04 g; Sód: 1827.14 mg; W tym cukry.: 119.29 g;	W.Ener: 1997.18 kcal; B: 50.44 g; T: 53.42 g; W: 335.81 g; : 1.87 g; Kw.tł.nasy.: 29.13 g; Bł: 39.20 g; Sód: 766.67 mg; W tym cukry.: 91.68 g;	W.Ener: 2179.53 kcal; B: 74.96 g; T: 63.50 g; W: 328.74 g; : 3.12 g; Kw.tł.nasy.: 35.63 g; Bł: 32.71 g; Sód: 1256.95 mg; W tym cukry.: 132.93 g;	W.Ener: 2014.02 kcal; B: 82.41 g; T: 58.45 g; W: 301.71 g; : 4.00 g; Kw.tł.nasy.: 33.39 g; Bł: 25.69 g; Sód: 1611.34 mg; W tym cukry.: 97.65 g;	W.Ener: 1967.84 kcal; B: 76.86 g; T: 56.83 g; W: 300.98 g; : 3.69 g; Kw.tł.nasy.: 31.75 g; Bł: 28.08 g; Sód: 1484.25 mg; W tym cukry.: 95.53 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	
2026-07-15 środa	Śniadanie	Ryż na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb graham . Chleپ pszenno - żytni. (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane (<u>JAJ,</u>) Szynka Hetmańska Salata 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>) Salata Jabłka Herbata Dżem	Ryż na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło III (<u>MLE,</u>) Dżem Ryba w galarecie (<u>RYB,</u>) Salata Jabłka Herbata	Kisiel b/c Chleb razowy Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Ryba w galarecie (<u>RYB,</u>) Ogórek świeży . Surówka z papryki I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Salata Jabłka Herbata	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>) Ogórek świeży . Salata Herbata b/c	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>) Salata Jabłka Herbata Dżem	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Połędwica drobiowa (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Salata 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>) Dżem Ryba w galarecie (<u>RYB,</u>) Salata Jabłka Herbata	Ryż na mleku (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Połędwica drobiowa. (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Salata Banan Herbata		
	II ŚN						Jogurt naturalny (<u>MLE,</u>)	Budyń (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)				Budyń (<u>GLU PSZ, 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 III (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany w sosie II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Marchew gotowana III (<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 białej kapusty I Surówka z selera z orzechem (<u>MLE, SEL, ORZ, OZ,</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	Zupa ziemniaczana z koperkiem III (<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>) Pyzy ziemniaczane (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z selera i marchwi I (<u>MLE, SEL,</u>) Surówka wielowarzywna (<u>SEL,</u>) Kompot s	Zupa ziemniaczana z koperkiem (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i pomidorem suszonym (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Kompot s	Zupa ziemniaczana z koperkiem (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany / mielony w sosie (<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>) Marchew gotowana (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza jęczmienna (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot s	
	PD							Jogurt owocowy (<u>MLE,</u>)				Biszkopcy (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)
	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>) Salata Jabłka Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi indyka Pomidor (<u>POM,</u>) Salata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło III (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi indyka Pomidor c (<u>POM,</u>) Herbata	Chleb razowy Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi indyka c Surówka z marchwi i chrzanu I (<u>MLE,</u>) Pomidor c (<u>POM,</u>) Jabłka Herbata	Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi indyka b Papryka świeża. Salata Herbata b/c Pomidor c (<u>POM,</u>)	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi indyka b Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Pomidor (<u>POM,</u>) Salata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Dżem PomidorII (<u>POM,</u>) Herbata Papryka świeża	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Serek Ziarnisty (<u>MLE,</u>) Pomidor c (<u>POM,</u>) Herbata	Kisiel z/c Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE,</u>) Pasta z wędliny II (<u>MLE,</u>) Herbata	Salata Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) II s/p (<u>MLE,</u>) Szynka z piersi indyka Pomidor (<u>POM,</u>) Herbata	
PN	Sok warzywny	Sok warzywny Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ,</u>)			Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE,</u>)	Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ,</u>) Sok warzywny	Sok warzywny Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ,</u>)	Sok warzywny Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ,</u>) Sok warzywny	Sok warzywny	Jogurt owocowy (<u>MLE,</u>)		
	W.Ener: 2370.19 kcal; B: 92.82 g; T: 69.05 g; W: 354.23 g; : 5.46 g; Kw.tł.nasy.: 33.98 g; Bł: 27.90 g; Sód: 2190.57 mg; W tym cukry: 88.86 g;	W.Ener: 2070.28 kcal; B: 94.17 g; T: 59.66 g; W: 291.47 g; : 3.19 g; Kw.tł.nasy.: 33.59 g; Bł: 36.26 g; Sód: 1287.11 mg; W tym cukry: 65.81 g;	W.Ener: 2027.41 kcal; B: 95.05 g; T: 47.84 g; W: 307.50 g; : 3.29 g; Kw.tł.nasy.: 25.80 g; Bł: 38.35 g; Sód: 1328.54 mg; W tym cukry: 69.94 g;	W.Ener: 2043.34 kcal; B: 92.68 g; T: 54.50 g; W: 310.61 g; : 4.05 g; Kw.tł.nasy.: 28.07 g; Bł: 61.18 g; Sód: 1628.89 mg; W tym cukry: 96.89 g;	W.Ener: 2127.38 kcal; B: 116.56 g; T: 65.48 g; W: 287.60 g; : 4.87 g; Kw.tł.nasy.: 30.96 g; Bł: 52.75 g; Sód: 1958.16 mg; W tym cukry: 56.53 g;	W.Ener: 2409.02 kcal; B: 107.65 g; T: 66.16 g; W: 347.97 g; : 3.80 g; Kw.tł.nasy.: 37.55 g; Bł: 36.30 g; Sód: 1529.60 mg; W tym cukry: 100.15 g;	W.Ener: 2019.88 kcal; B: 41.08 g; T: 61.43 g; W: 332.11 g; : 2.58 g; Kw.tł.nasy.: 24.23 g; Bł: 43.59 g; Sód: 1041.03 mg; W tym cukry: 81.95 g;	W.Ener: 2069.35 kcal; B: 91.83 g; T: 84.09 g; W: 266.62 g; : 3.68 g; Kw.tł.nasy.: 38.25 g; Bł: 112.09 g; Sód: 1480.61 mg; W tym cukry: 62.19 g;	W.Ener: 2124.01 kcal; B: 93.66 g; T: 67.88 g; W: 298.60 g; : 3.39 g; Kw.tł.nasy.: 39.26 g; Bł: 34.57 g; Sód: 1366.28 mg; W tym cukry: 67.05 g;	W.Ener: 2189.62 kcal; B: 85.32 g; T: 60.25 g; W: 343.15 g; : 3.94 g; Kw.tł.nasy.: 33.78 g; Bł: 32.48 g; Sód: 1586.87 mg; W tym cukry: 120.87 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
2026-07-16 czwartek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Dżem Serek kanapkowy w plastrach (MLE b/LAK.) 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.) Miód naturalny por (ML.) Banan Herbata	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło III (MLE.) Ser twarogowy 09 (MLE.) Ser twarogowy 09 (MLE.) Miód naturalny por (ML.) Banan Herbata	Kefir (MLE.) Chleb razowy. Chleb graham . Masło (82% tł.) (MLE.) Ser twarogowy 09 (MLE.) Rzodkiewka Banan Herbata Papryka świeża	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.) Poledwica drobiowa. (GOR. SOJ. SO2.) Masło (82% tł.) (MLE.) Ser twarogowy (MLE.) Miód naturalny por (ML.) Jabłka Herbata	Kisiel z/c Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny (ML.) Banan Herbata	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Serek kanapkowy w plastrach (MLE b/LAK.) Banan Herbata	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny por (ML.) Ser twarogowy (MLE.) Banan Herbata	Kasza jaglana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny por (ML.) Ser twarogowy (MLE.) Banan Herbata
	II śN					Pieczewo chrupkie (GLU PSZ.) Sok warzywny	Jogurt Skyr naturalny (MLE b/LAK.)				Banan
	Obiad	Zupa neapolitańska I (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.) Kapusta faszerowana w sosie pomidorowym (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ. POM.) 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 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 z rodzynek Ziemniaki Kompot s	Zupa wiejska II (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.) Filet drobiowy gotowany 08 (GLU PSZ. SEL.) Sos szpinakowy (GLU PSZ. MLE.) Buraczki gotowane b/c (GLU PSZ. MLE.) Surówka z selera i jabłka b/c (MLE. SEL.) Ziemniaki Kompot 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 II (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.) Kotlety ziemniaczane I (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.) Surówka z czerwonej kapusty z rodzynek 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 z rodzynek Ziemniaki 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				Paluszki (GLU PSZ.)
	Kolacja	Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Szyńka biała wieprzowa -od szwagra Sałata Pomidor (POM.) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Szyńka biała wieprzowa -od szwagra Pomidor (POM.) Sałata Herbata	Kisiel z/c Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło III (MLE.) Szyńka biała wieprzowa -od szwagra c Pomidor (POM.) Sałata Herbata	Kisiel b/c Chleb razowy Masło (82% tł.) (MLE.) Szyńka biała wieprzowa -od szwagra c Sałata Pomidor c (POM.) Banan Herbata	Kisiel b/c Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (MLE.) Szyńka biała wieprzowa -od szwagra c Papryka świeża. Sałata Herbata b/c	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Szyńka biała wieprzowa -od szwagra c Sałata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Szyńka biała wieprzowa -od szwagra Pomidor c (POM.) Sałata Herbata Jabłka	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Jajko gotowane (JAJ.) Sałata Pomidor (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.) Szyńka biała wieprzowa -od szwagra Pomidor (POM.) Sałata Herbata
	PN	Mus owocowy szt			Pieczewo chrupkie (GLU PSZ.) Mus owocowy szt	Bułka grahamka z wędliną (MLE.)	Mus owocowy szt	Mus owocowy szt Pieczewo chrupkie (GLU PSZ.)	sok owocowy	Mus owocowy szt	
		W.Ener: 2055.99 kcal; B: 79.69 g; T: 66.49 g; W: 298.07 g; : 3.99 g; Kw.tł.nasy.: 36.40 g; Bł: 28.94 g; Sód: 1600.28 mg; W tym cukry.: 63.85 g;	W.Ener: 2029.81 kcal; B: 72.52 g; T: 61.40 g; W: 309.85 g; : 2.94 g; Kw.tł.nasy.: 35.92 g; Bł: 28.74 g; Sód: 1189.84 mg; W tym cukry.: 93.88 g;	W.Ener: 2011.67 kcal; B: 89.10 g; T: 42.59 g; W: 331.43 g; : 3.28 g; Kw.tł.nasy.: 23.76 g; Bł: 29.72 g; Sód: 1321.76 mg; W tym cukry.: 104.58 g;	W.Ener: 2079.74 kcal; B: 85.28 g; T: 49.43 g; W: 333.71 g; : 3.44 g; Kw.tł.nasy.: 28.62 g; Bł: 46.96 g; Sód: 1389.66 mg; W tym cukry.: 131.88 g;	W.Ener: 2208.76 kcal; B: 98.66 g; T: 64.63 g; W: 313.45 g; : 4.48 g; Kw.tł.nasy.: 33.65 g; Bł: 53.08 g; Sód: 1804.84 mg; W tym cukry.: 58.36 g;	W.Ener: 2221.86 kcal; B: 106.17 g; T: 57.50 g; W: 333.87 g; : 4.09 g; Kw.tł.nasy.: 32.88 g; Bł: 31.08 g; Sód: 1646.69 mg; W tym cukry.: 109.45 g;	W.Ener: 1965.39 kcal; B: 42.01 g; T: 41.33 g; W: 359.10 g; : 2.27 g; Kw.tł.nasy.: 22.40 g; Bł: 33.04 g; Sód: 918.74 mg; W tym cukry.: 91.07 g;	W.Ener: 2381.41 kcal; B: 67.43 g; T: 64.66 g; W: 399.92 g; : 2.13 g; Kw.tł.nasy.: 34.44 g; Bł: 24.56 g; Sód: 867.51 mg; W tym cukry.: 94.86 g;	W.Ener: 2042.74 kcal; B: 82.80 g; T: 62.15 g; W: 298.85 g; : 2.87 g; Kw.tł.nasy.: 37.72 g; Bł: 24.56 g; Sód: 1159.90 mg; W tym cukry.: 93.59 g;	W.Ener: 1959.91 kcal; B: 84.27 g; T: 48.11 g; W: 309.00 g; : 2.96 g; Kw.tł.nasy.: 27.20 g; Bł: 27.75 g; Sód: 1195.61 mg; W tym cukry.: 95.21 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		
2026-07-17 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>) Pasta z soczewicy z pomidorem suszonym Ogórówka Ogórek świeży Sałata Herbata	Kasza jęczmienna na mleku (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Dżem Pasta z jaj (<u>JAJ. MLE.</u>) Sałata Pomidor (<u>POM.</u>) Herbata Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Masło III (<u>MLE.</u>) Poledwica drobiowa (<u>GOR. SOJ. SO2.</u>) Pomidor c (<u>POM.</u>) Sałata Herbata Jabłka	Kasza jęczmienna na mleku (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Chleb razowy Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Dżem Pasta z jaj (<u>JAJ. MLE.</u>) Papryka świeża. Sałata 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. Sałata Herbata b/c	Kasza jęczmienna na mleku (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj (<u>JAJ. MLE.</u>) Dżem Pomidor (<u>POM.</u>) Sałata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Miód naturalny (<u>MI.</u>) PomidorII (<u>POM.</u>) Jabłka 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 Jabłka Pomidor c (<u>POM.</u>) Herbata	Kasza jęczmienna na mleku (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Dżem Pasta z jaj (<u>JAJ. MLE.</u>) Pomidor (<u>POM.</u>) Herbata	Kasza jęczmienna na mleku (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Masło (82 % tł) II s/p (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj (<u>JAJ. MLE.</u>) Sałata Pomidor (<u>POM.</u>) Herbata Dżem	
	II ŚN					Kefir (<u>MLE.</u>)					Sok owocowy kartonik ze słomką	
	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(kalafior, brokuł, marchew) III Ziemniaki Kompot s	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami III (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryba miruna na parze (<u>RYB. MLE.</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>) Ryba miruna na parze (<u>RYB. MLE.</u>) Sos koperkowy (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bukiet warzyw(kalafior, brokuł, marchew) III Surówka z białej kapusty I 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(kalafior, brokuł, marchew) III 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(kalafior, brokuł, marchew) III Ziemniaki Kompot s	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Makaron z serem i musem owocowym II (<u>GLU PSZ. JAJ. 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(kalafior, brokuł, marchew) III Ziemniaki Kompot s	Zupa kalafiorowa II (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryba miruna na parze (<u>RYB. MLE.</u>) Sos koperkowy (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bukiet warzyw(kalafior, brokuł, marchew) III Ziemniaki Kompot s	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Ryba miruna na parze (<u>RYB. MLE.</u>) Bukiet warzyw(kalafior, brokuł, marchew) III Ziemniaki Kompot s	
	PD						Serek Homogenizowany (<u>MLE.</u>)					Chrupki kukurydziane
	Kolacja	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>) Sałata Pomidor (<u>POM.</u>) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana. Sałata Banan Herbata	Banan Kisiel z/c Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Masło III (<u>MLE.</u>) Miód naturalny por (<u>MI.</u>) Szynka gotowana. Sałata Herbata	Chleb razowy Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana b Pomidor c (<u>POM.</u>) Ogórek świeży . Banan Sałata Herbata	Chleb graham . Chleb razowy. Masło p (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana c Ogórek świeży . Sałata Herbata b/c	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana c Sałata Banan Herbata	Kisiel z/c Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Dżem Szynka gotowana. Sałata Banan Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Serek kanapkowy w plastrach (<u>MLE b/LAK.</u>) Surówka z białej kapusty I Banan Herbata	Kasza manna na mleku (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Pasta z wędliny (<u>MLE.</u>) Banan Herbata	Sałata Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Masło (82 % tł) II s/p (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana. Jabłka Herbata	
PN	Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK.</u>)		Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK.</u>) Wafle ryżowe.	Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK.</u>)	Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE.</u>)	Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK.</u>)	sok owocowy	Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK.</u>)				
	W.Ener: 2277.18 kcal; B: 100.70 g; T: 64.27 g; W: 347.08 g; : 5.14 g; Kw.tł.nasy.: 33.69 g; Bł: 47.56 g; Sód: 2065.87 mg; W tym cukry.: 57.85 g;	W.Ener: 2004.70 kcal; B: 73.02 g; T: 72.52 g; W: 277.94 g; : 3.11 g; Kw.tł.nasy.: 41.31 g; Bł: 26.98 g; Sód: 1250.00 mg; W tym cukry.: 93.78 g;	W.Ener: 1940.04 kcal; B: 66.14 g; T: 50.84 g; W: 310.36 g; : 3.59 g; Kw.tł.nasy.: 29.67 g; Bł: 30.04 g; Sód: 1442.37 mg; W tym cukry.: 109.66 g;	W.Ener: 2076.91 kcal; B: 77.01 g; T: 76.16 g; W: 289.43 g; : 3.45 g; Kw.tł.nasy.: 44.00 g; Bł: 37.82 g; Sód: 1385.94 mg; W tym cukry.: 111.36 g;	W.Ener: 2005.00 kcal; B: 78.00 g; T: 75.25 g; W: 263.66 g; : 5.11 g; Kw.tł.nasy.: 35.86 g; Bł: 45.93 g; Sód: 2042.02 mg; W tym cukry.: 58.36 g;	W.Ener: 2359.30 kcal; B: 95.72 g; T: 84.86 g; W: 314.44 g; : 3.68 g; Kw.tł.nasy.: 47.75 g; Bł: 26.98 g; Sód: 1476.70 mg; W tym cukry.: 128.96 g;	W.Ener: 1900.21 kcal; B: 47.30 g; T: 47.16 g; W: 334.87 g; : 2.47 g; Kw.tł.nasy.: 27.03 g; Bł: 23.62 g; Sód: 988.92 mg; W tym cukry.: 98.05 g;	W.Ener: 2159.28 kcal; B: 62.59 g; T: 78.55 g; W: 318.71 g; : 2.04 g; Kw.tł.nasy.: 48.50 g; Bł: 36.94 g; Sód: 821.36 mg; W tym cukry.: 121.95 g;	W.Ener: 2138.50 kcal; B: 83.05 g; T: 74.71 g; W: 296.38 g; : 4.36 g; Kw.tł.nasy.: 42.21 g; Bł: 27.03 g; Sód: 1755.35 mg; W tym cukry.: 102.47 g;	W.Ener: 1956.30 kcal; B: 72.01 g; T: 73.34 g; W: 264.66 g; : 3.06 g; Kw.tł.nasy.: 41.23 g; Bł: 27.25 g; Sód: 1226.27 mg; W tym cukry.: 72.60 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	
2026-07-18 sobota	Śniadanie	Makaron na mleku (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Chleb razowy. Chleb pszenno - żytni. (<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>) 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 Banan Sałata Kawa zbożowa na mleku (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)	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 c 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 Jabłka Herbata	Makaron na mleku (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</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>)				Jogurt owocowy (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem I (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ. POM.</u>) Stek wieprzowy (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.</u>) Surówka wielowarzynna (<u>SEL.</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa pomidorowa z ryżem II (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u>) Pulpety gotowane w sosie II (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa pomidorowa z ryżem III (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u>) Pulpety gotowane w sosie II (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</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 gotowane w sosie II (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</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 III (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u>) Pulpety gotowane w sosie II (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c (<u>MLE. SEL.</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki Kompot b/c	Zupa pomidorowa z ryżem II (<u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u>) Pulpety gotowane w sosie II (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) 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 gotowane w sosie II (<u>GLU PSZ. JAJ. 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 gotowane w sosie II (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u>) Buraczki gotowane (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki 08 Kompot z jabłek s		
	PD						Jabłka				Herbatniki (<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	Jabłka 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>) Ser twarogowy (<u>MLE.</u>) Dżem Ogórek świeży . Banan Surówka z ogórka kiszzonego i kapusty (<u>GOR. SOJ. SO2.</u>) Herbata	Chleb o niskim IG (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy. Masło p (<u>MLE.</u>) Połędwica drobiowa c (<u>GOR. SOJ. SO2.</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	Banan Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Pomidor c (<u>POM.</u>) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<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 (<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	Miód naturalny por (<u>MI.</u>) Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ.</u>)			Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ.</u>)	Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE.</u>)	Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ.</u>) Miód naturalny por (<u>MI.</u>)		Pieczywo chrupkie (<u>GLU PSZ.</u>)	Kisiel b/c	Sok owocowy kartonik ze słomką		
		W.Ener: 2382.70 kcal; B: 88.77 g; T: 83.17 g; W: 323.38 g; : 5.20 g; Kw.tł.nasy.: 44.52 g; Bł.: 33.29 g; Sód: 2088.88 mg; W tym cukry.: 83.59 g;	W.Ener: 2158.58 kcal; B: 90.48 g; T: 70.26 g; W: 292.61 g; : 3.23 g; Kw.tł.nasy.: 40.05 g; Bł.: 29.62 g; Sód: 1295.53 mg; W tym cukry.: 95.43 g;	W.Ener: 2171.52 kcal; B: 94.27 g; T: 45.12 g; W: 350.97 g; : 3.46 g; Kw.tł.nasy.: 23.10 g; Bł.: 34.22 g; Sód: 1389.06 mg; W tym cukry.: 140.52 g;	W.Ener: 2125.91 kcal; B: 83.30 g; T: 62.30 g; W: 320.94 g; : 5.38 g; Kw.tł.nasy.: 35.16 g; Bł.: 51.68 g; Sód: 2157.09 mg; W tym cukry.: 124.45 g;	W.Ener: 2113.84 kcal; B: 101.34 g; T: 70.57 g; W: 284.51 g; : 4.92 g; Kw.tł.nasy.: 31.09 g; Bł.: 53.24 g; Sód: 1983.73 mg; W tym cukry.: 58.33 g;	W.Ener: 2474.47 kcal; B: 98.09 g; T: 74.38 g; W: 356.42 g; : 3.56 g; Kw.tł.nasy.: 42.48 g; Bł.: 32.68 g; Sód: 1424.93 mg; W tym cukry.: 134.20 g;	W.Ener: 2352.45 kcal; B: 41.72 g; T: 95.07 g; W: 332.01 g; : 3.25 g; Kw.tł.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.tł.nasy.: 59.26 g; Bł.: 19.77 g; Sód: 1896.21 mg; W tym cukry.: 100.04 g;	W.Ener: 2021.63 kcal; B: 85.87 g; T: 77.06 g; W: 258.14 g; : 3.40 g; Kw.tł.nasy.: 45.00 g; Bł.: 24.87 g; Sód: 1362.64 mg; W tym cukry.: 78.11 g;	W.Ener: 2150.28 kcal; B: 90.21 g; T: 67.64 g; W: 308.09 g; : 3.52 g; Kw.tł.nasy.: 36.43 g; Bł.: 27.19 g; Sód: 1409.76 mg; W tym cukry.: 112.39 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	Jogurt owocowy z owsianką (MLE b/LAK.) Bułka kajzerka (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Chleb razowy. Masło (82% tł.) (MLE.) Ser twarogowy (MLE.) Dżem Banan Kakao na mleku (MLE. KOK.)	Jogurt owocowy z owsianką (MLE b/LAK.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (MLE b/LAK.) Szynka soltysówka Sałata Banan d Kakao na mleku (MLE. KOK.)	Jogurt owocowy z owsianką (MLE b/LAK.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło III (MLE.) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (MLE b/LAK.) Szynka soltysówka Sałata Herbata	Chleb razowy Masło (82% tł.) (MLE.) Ser twarogowy (MLE.) Szynka soltysówka c Surówka wielowarzywna (SEL.) Banan Sałata Herbata	Chleb pełnoziarnisty (GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU OW.) Chleb graham. Masło p (MLE.) Szynka soltysówka c Serek twar Almette 1p-30g (MLE b/LAK.) Papryka świeża. Sałata Jabłka Kakao na mleku b/c (MLE. KOK.)	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Banan d Masło (82% tł.) (MLE.) Szynka soltysówka c Serek twarogowy śmiet 1p-16g (MLE b/LAK.) Sałata Kakao na mleku b/c (MLE. KOK.)	Kleik z kaszy mannej (GLU PSZ.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Ser twarogowy 09 (MLE.) Papryka świeża Banan Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Ser twarogowy 09 (MLE.) Papryka świeża Banan Herbata	Kasza kukurydziana na mleku (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Ser twarogowy (MLE. KOK.) Kakao na mleku (MLE. KOK.) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (MLE b/LAK.) Szynka soltysówka Kakao na mleku (MLE. KOK.) Sałata	Kasza mleczna z owocami- wypasiona (GLU PSZ. MLE b/LAK.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82 % tł) II s/p (MLE.) Serek twarogowy śmiet 1p-16g (MLE b/LAK.) Szynka soltysówka Kakao na mleku (MLE. KOK.) Sałata
II ŚN					Jogurt naturalny (MLE.)	Jogurt owocowy (MLE.)				Banan
Obiad	Zupa szczawiowa z ziemniakami I (GLU PSZ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.) Filet drobiowy panierowany I (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.) Surówka z selera i marchwi I (MLE. SEL.) Kasza jęczmienna (GLU PSZ.) Kompot s	Zupa jarzynowa II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym (GLU PSZ. MLE.) Marchew gotowana (GLU PSZ. MLE.) Ryż na sypko (GLU PSZ. MLE.) Kompot s	Zupa jarzynowa III (GLU PSZ. MLE. SEL.) Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym (GLU PSZ. MLE.) Marchew gotowana III (GLU PSZ. MLE.) Ryż na sypko III (GLU PSZ.) Kompot z jabłek s	Zupa jarzynowa II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym (GLU PSZ. MLE.) Ryż brązowy na sypko (MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej Surówka z marchwi i chrzanu I (MLE.) Kompot s	Zupa jarzynowa III (GLU PSZ. MLE. SEL.) Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym (GLU PSZ. MLE.) Surówka wielowarzywna (SEL.) Ryż brązowy na sypko (MLE.) Kompot b/c	Zupa jarzynowa II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym (GLU PSZ. MLE.) Marchew gotowana III (GLU PSZ. MLE.) Ryż na sypko (GLU PSZ. MLE.) Kompot s	Zupa jarzynowa II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Kopytka w sosie pieczarkowym (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej Kompot z jabłek s Surówka z marchwi i chrzanu I (MLE.)	Zupa jarzynowa II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Ryż z truskawkami (GLU PSZ. MLE.) Kompot s	Zupa jarzynowa II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym (GLU PSZ. MLE.) Marchew gotowana III (GLU PSZ. MLE.) Ryż na sypko (GLU PSZ. MLE.) Kompot s	Zupa jarzynowa II (GLU PSZ. MLE. SEL.) Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym (GLU PSZ. MLE.) Marchew gotowana III (GLU PSZ. MLE.) Ryż na sypko (GLU PSZ. MLE.) Kompot z jabłek s
PD					Biszkopty . (GLU PSZ. JAJ.)					Biszkopty (GLU PSZ. JAJ.)
Kolacja	Chleb graham . Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Kiełbasa dębowa-drobiowa Sałata Herbata Jabłka	Sałata Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Kiełbasa dębowa-drobiowa Pomidor (POM.) Herbata Jabłka	Obiadek -mus Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło III (MLE.) Ser twarogowy (MLE.) Kiełbasa dębowa-drobiowa Pomidor (POM.) Herbata Jabłka	Chleb razowy Masło (82% tł.) (MLE.) Kiełbasa dębowa-drobiowa Surówka z czerwonej kapusty Pomidor c (POM.) Herbata	Kisiel b/c Chleb orkiszowy (GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JECZ.) Chleb graham . Masło p (MLE.) Kiełbasa dębowa-drobiowa c Pomidor c (POM.) Sałata Herbata b/c	Ser twarogowy (MLE.) Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Kiełbasa dębowa-drobiowa c Pomidor (POM.) Herbata	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Miód naturalny (MI.) Sałatka jarzynowa III (JAJ. MLE. SEL.) Herbata	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82% tł.) (MLE.) Jajko gotowane (JAJ.) Pomidor c (POM.) Herbata	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Pasta z wędliny II (MLE.) Herbata Jabłko pieczone	Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.) Masło (82 % tł) II s/p (MLE.) Kiełbasa dębowa-drobiowa Pomidor (POM.) Sałata Herbata
PN		Sok pomidorowy (POM.)			Bułka grahamka z wędliną (MLE.)	Sok pomidorowy (POM.)	Wafle ryżowe. Sok warzywny	Wafle ryżowe. Sok pomidorowy (POM.)	Sok pomidorowy (POM.)	Mus owocowo-warzywny
	W.Ener: 2222.85 kcal; B: 87.70 g; T: 55.12 g; W: 344.22 g; : 4.08 g; Kw.tł.nasy.: 31.35 g; Bł: 39.69 g; Sód: 1638.32 mg; W tym cukry.: 94.74 g;	W.Ener: 2078.92 kcal; B: 84.11 g; T: 63.29 g; W: 290.77 g; : 3.59 g; Kw.tł.nasy.: 37.08 g; Bł: 34.38 g; Sód: 1437.24 mg; W tym cukry.: 83.96 g;	W.Ener: 2134.28 kcal; B: 96.52 g; T: 48.08 g; W: 324.06 g; : 3.67 g; Kw.tł.nasy.: 26.83 g; Bł: 39.67 g; Sód: 1472.68 mg; W tym cukry.: 90.22 g;	W.Ener: 1995.16 kcal; B: 94.59 g; T: 57.96 g; W: 279.43 g; : 4.38 g; Kw.tł.nasy.: 34.41 g; Bł: 48.46 g; Sód: 1751.81 mg; W tym cukry.: 97.85 g;	W.Ener: 2145.03 kcal; B: 100.06 g; T: 71.85 g; W: 289.25 g; : 5.03 g; Kw.tł.nasy.: 38.89 g; Bł: 42.42 g; Sód: 2011.84 mg; W tym cukry.: 69.96 g;	W.Ener: 2134.80 kcal; B: 102.20 g; T: 64.58 g; W: 282.72 g; : 4.33 g; Kw.tł.nasy.: 38.35 g; Bł: 30.13 g; Sód: 1738.70 mg; W tym cukry.: 79.20 g;	W.Ener: 2041.37 kcal; B: 48.76 g; T: 44.52 g; W: 372.39 g; : 3.35 g; Kw.tł.nasy.: 24.22 g; Bł: 30.07 g; Sód: 1345.13 mg; W tym cukry.: 86.91 g;	W.Ener: 1968.72 kcal; B: 65.13 g; T: 60.04 g; W: 277.46 g; : 1.61 g; Kw.tł.nasy.: 33.77 g; Bł: 24.88 g; Sód: 657.40 mg; W tym cukry.: 88.63 g;	W.Ener: 2037.72 kcal; B: 92.28 g; T: 60.44 g; W: 277.02 g; : 3.11 g; Kw.tł.nasy.: 35.61 g; Bł: 30.07 g; Sód: 1242.92 mg; W tym cukry.: 79.83 g;	W.Ener: 2022.73 kcal; B: 82.48 g; T: 58.84 g; W: 305.03 g; : 3.56 g; Kw.tł.nasy.: 34.41 g; Bł: 29.80 g; Sód: 1427.73 mg; W tym cukry.: 85.24 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
2026-07-20 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>) Miód naturalny por (<u>ML.</u>) Pasztecik ciechanowski Salata Pomidor (<u>POM.</u>) Herbata	Płatki owsiane na mleku (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Dżem Parówka na gorąco (<u>POM.</u>) 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 III (<u>MLE.</u>) Połędwica drobiowa (<u>GOR, SOJ, SO2.</u>) Pomidor (<u>POM.</u>) Herbata Jabłka Dżem	Jogurt naturalny (<u>MLE.</u>) Chleb razowy Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Parówka na gorąco Dżem Pomidor c (<u>POM.</u>) Jabłka Herbata	Chleb o niskim IG (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb razowy. Masło p (<u>MLE.</u>) Pasta twarogowa z pomidorem susz. (<u>MLE.</u>) Papryka świeża Herbata b/c	Płatki owsiane na mleku (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Parówka na gorąco Pomidor (<u>POM.</u>) Herbata Jabłka Dżem	Kasza manna na rosole (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Dżem Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Pomidorli (<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>) Dżem Pomidorli (<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>) Dżem Pasta z wędliny II (<u>MLE.</u>) Herbata Połędwica drobiowa (<u>GOR, SOJ, SO2.</u>)	Płatki owsiane na mleku (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło (82 % tł) II s/p (<u>MLE.</u>) Dżem Parówka na gorąco Pomidor (<u>POM.</u>) Herbata
	II śN					Wafle ryżowe. Sok pomidorowy (<u>POM.</u>)	Budyń (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)				Sok owocowy kartonik ze słomką
	Obiad	Zupa ogórkowa I (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.</u>) Ryba w sosie greckim I (<u>GLU PSZ, RYB, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM.</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa szpinakowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z serem i musem owocowym II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kompot s	Zupa szpinakowa III (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z serem i musem owocowym III (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kompot z jabłek s	Zupa szpinakowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany w sosie II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Surówka z marchwi i chrzanu I (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka b/c (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki 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	Zupa szpinakowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany w sosie II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana III (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa szpinakowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z serem i musem owocowym III (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kompot s	Zupa szpinakowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z serem i musem owocowym II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kompot s	Zupa szpinakowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab gotowany w sosie II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Marchew gotowana (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki Kompot s	Zupa szpinakowa II (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron z serem i musem owocowym II (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Kompot z jabłek s
	PD						Jogurt owocowy (<u>MLE.</u>)				Paluszki (<u>GLU PSZ.</u>)
	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>) Salata Rzodkiewka Jabłka Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Szynka Bianka-drobiowa z indyka Ryba w galarecie (<u>RYB.</u>) Salata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło III (<u>MLE.</u>) Szynka Bianka-drobiowa z indyka Ryba w galarecie (<u>RYB.</u>) Salata Banan Herbata	Chleb razowy Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Szynka Bianka-drobiowa z indyka Jajko gotowane (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży Salata Banan Herbata	Jogurt naturalny (<u>MLE.</u>) Chleb graham . Masło p (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane (<u>JAJ.</u>) Rzodkiewka Szczypior Salata Herbata b/c Chleb razowy.	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Szynka Bianka-drobiowa z indyka Jajko gotowane (<u>JAJ.</u>) Salata Herbata	Kisiel b/c Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Szynka Bianka-drobiowa z indyka Jajko gotowane (<u>JAJ.</u>) Salata Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Miód naturalny (<u>ML.</u>) Ryba w galarecie (<u>RYB.</u>) Salata Herbata	Ryż na mleku (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło (82% tł.) (<u>MLE.</u>) Szynka Bianka-drobiowa z indyka Herbata	Bułka wrocławska pszenna (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Masło (82 % tł) II s/p (<u>MLE.</u>) Szynka Bianka-drobiowa z indyka Jajko gotowane (<u>JAJ.</u>) Salata Herbata
	PN	Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK.</u>)			Chrupki kukurydziane	Bułka grahamka z wędliną (<u>MLE.</u>)	Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK.</u>)	Chrupki kukurydziane	Serek wiejski lekki (<u>MLE b/LAK.</u>)		
		W.Ener: 2221.28 kcal; B: 105.26 g; T: 78.43 g; W: 289.29 g; : 5.79 g; Kw.tł.nasy.: 36.85 g; Bł: 33.00 g; Sód: 2328.77 mg; W tym cukry.: 67.64 g;	W.Ener: 2188.68 kcal; B: 109.77 g; T: 80.37 g; W: 267.69 g; : 4.91 g; Kw.tł.nasy.: 41.61 g; Bł: 23.74 g; Sód: 1974.60 mg; W tym cukry.: 69.56 g;	W.Ener: 2078.44 kcal; B: 109.21 g; T: 46.36 g; W: 318.43 g; : 4.13 g; Kw.tł.nasy.: 25.30 g; Bł: 25.32 g; Sód: 1664.74 mg; W tym cukry.: 115.53 g;	W.Ener: 2227.16 kcal; B: 94.40 g; T: 82.22 g; W: 302.22 g; : 5.39 g; Kw.tł.nasy.: 39.80 g; Bł: 50.11 g; Sód: 2169.75 mg; W tym cukry.: 102.81 g;	W.Ener: 2168.33 kcal; B: 111.68 g; T: 69.23 g; W: 259.66 g; : 5.58 g; Kw.tł.nasy.: 30.13 g; Bł: 51.11 g; Sód: 2246.42 mg; W tym cukry.: 54.77 g;	W.Ener: 2564.49 kcal; B: 124.89 g; T: 89.28 g; W: 333.55 g; : 5.55 g; Kw.tł.nasy.: 42.99 g; Bł: 37.85 g; Sód: 2235.57 mg; W tym cukry.: 107.28 g;	W.Ener: 2052.55 kcal; B: 71.19 g; T: 59.92 g; W: 321.51 g; : 2.78 g; Kw.tł.nasy.: 32.82 g; Bł: 28.33 g; Sód: 1125.59 mg; W tym cukry.: 61.40 g;	W.Ener: 1989.85 kcal; B: 92.03 g; T: 57.76 g; W: 287.23 g; : 2.40 g; Kw.tł.nasy.: 33.26 g; Bł: 24.05 g; Sód: 969.79 mg; W tym cukry.: 71.22 g;	W.Ener: 2210.68 kcal; B: 108.55 g; T: 80.03 g; W: 279.85 g; : 5.14 g; Kw.tł.nasy.: 46.58 g; Bł: 32.27 g; Sód: 2069.48 mg; W tym cukry.: 72.38 g;	W.Ener: 2242.73 kcal; B: 99.98 g; T: 82.18 g; W: 284.01 g; : 4.71 g; Kw.tł.nasy.: 39.51 g; Bł: 20.50 g; Sód: 1894.50 mg; W tym cukry.: 58.42 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: ,