

|                   |           | 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                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-09-11 piątek | Śniadanie | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Chleb razowy.<br>Chleb pszenno - żytni. ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Baleron<br>Ogórek świeży<br>Salata<br>Herbata                                                     | Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Salata<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Herbata                           | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło III ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica drobiowa c ( <u>GOR. SOJ. SO2.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Salata<br>Banan<br>Herbata | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor c ( <u>POM.</u> )<br>Salata<br>Herbata                                                                                                  | Chleb o niskim IG ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb graham .<br>Masło p ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane ( <u>JAJ.</u> )<br>Połędwica drobiowa c ( <u>GOR. SOJ. SO2.</u> )<br>Papryka świeża.<br>Salata<br>Herbata b/c                                                                                                           | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Salata<br>Herbata              | Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło III ( <u>MLE.</u> )<br>Miód naturalny ( <u>MI.</u> )<br>PomidorII ( <u>POM.</u> )<br>Jabłka<br>Herbata<br>kleik ryżowy z żółtym i masłem ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. MI.</u> ) | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Miód naturalny por ( <u>MI.</u> )<br>Pomidor c ( <u>POM.</u> )<br>Jabłka<br>Herbata                        | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Pasta z jaj ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Herbata                           | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Salata<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Herbata                                      |
|                   | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kefir ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                  | Sok owocowy kartonik ze słomką                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                   | Obiad     | Zupa Grochowa ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.</u> )<br>Kotlety ziemniaczane I ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.</u> )<br>Surówka z marchwi i chrzanu I ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot s<br>Sos pieczarkowy ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.</u> ) | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Pulpety rybne ( <u>GLU PSZ. JAJ. RYB. MLE. POM.</u> )<br>Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <u>MLE.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami III ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Pulpety rybne ( <u>GLU PSZ. JAJ. RYB. MLE. POM.</u> )<br>Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bukiet warzyw(kalafior, brokuł, marchew) III<br>Ziemniaki<br>Kompot s    | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami III ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Pulpety rybne ( <u>GLU PSZ. JAJ. RYB. MLE. POM.</u> )<br>Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z białej kapusty I<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami b/c ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Pulpety rybne ( <u>GLU PSZ. JAJ. RYB. MLE. POM.</u> )<br>Sos szpinakowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z kapusty białej b/c<br>Kasza jęczmienna ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot b/c | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Pulpety rybne ( <u>GLU PSZ. JAJ. RYB. MLE. POM.</u> )<br>Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bukiet warzyw(kalafior, brokuł, marchew) III<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami III ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty z truskawkami ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Kompot s                                                                                    | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Pulpety rybne ( <u>GLU PSZ. JAJ. RYB. MLE. POM.</u> )<br>Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <u>MLE.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa kalafiorowa II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Pulpety rybne ( <u>GLU PSZ. JAJ. RYB. MLE. POM.</u> )<br>Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bukiet warzyw(marchew, brokuły)<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Pulpety rybne ( <u>GLU PSZ. JAJ. RYB. MLE. POM.</u> )<br>Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <u>MLE.</u> )<br>Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Ziemniaki 08<br>Kompot s<br>Ziemniaki 08 |
|                   | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Sok owocowy kartonik ze słomką                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                  | Chrupki kukurydziane                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                   | Kolacja   | Chleb graham .<br>Chleb pszenno - żytni. ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica drobiowa. ( <u>GOR. SOJ. SO2.</u> )<br>Serek topiony ( <u>MLE.</u> )<br>Salata<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Herbata                         | Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Szynka Hetmańska<br>Salata<br>Banan<br>Herbata                                                                                                           | Kisiel b/c<br>Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło III ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Szynka Hetmańska c<br>Salata<br>Jabłka<br>Herbata                                                                                       | Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Hetmańska c<br>Papryka świeża<br>Salata<br>Banan<br>Herbata                                                                                                                                                                        | Chleb graham .<br>Chleb razowy.<br>Masło p ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Hetmańska b<br>Ogórek świeży<br>Pomidor c ( <u>POM.</u> )<br>Salata<br>Herbata b/c                                                                                                                                                                      | Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Masło III ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Szynka Hetmańska b<br>Salata<br>Herbata<br>Banan                                                               | Kisiel b/c<br>Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Surówka z białej kapusty I<br>Banan<br>Herbata                                                                          | Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Surówka z białej kapusty I<br>Banan<br>Herbata                                                                                                           | Kasza manna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Pasta z wędliny ( <u>MLE.</u> )<br>Banan<br>Herbata        | Salata<br>Bulka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka Hetmańska<br>Dżem<br>Banan<br>Herbata                                                                                                                      |
|                   | PN        | Serek Ziarnisty ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                               | Jogurt owocowy ( <u>MLE.</u> )<br>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;<br>B: 95.13 g; T: 58.12 g;<br>W: 344.72 g; : 6.19 g;<br>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;<br>B: 110.08 g; T: 81.36 g;<br>W: 305.51 g; : 5.16 g;<br>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;<br>B: 87.24 g; T: 45.03 g;<br>W: 341.19 g; : 4.69 g;<br>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;<br>B: 112.70 g; T: 76.37 g;<br>W: 300.88 g; : 5.45 g;<br>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;<br>B: 112.07 g; T: 78.90 g;<br>W: 291.15 g; : 5.84 g;<br>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;<br>B: 116.73 g; T: 76.34 g;<br>W: 323.99 g; : 5.51 g;<br>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;<br>B: 51.43 g; T: 77.01 g;<br>W: 340.61 g; : 2.36 g;<br>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;<br>B: 95.72 g; T: 70.19 g;<br>W: 364.25 g; : 4.07 g;<br>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;<br>B: 120.19 g; T: 76.05 g;<br>W: 324.39 g; : 6.38 g;<br>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;<br>B: 95.27 g; T: 67.31 g;<br>W: 354.56 g; : 4.00 g;<br>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                                                                                                                                                            | 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                                                                                                                                   |
|-------------------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-09-12 sobota | Śniadanie | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Chleb razowy.<br>Chlepek pszenno - żytni. ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi indyka<br>Sałata<br>Jabłka<br>Kawa zbożowa na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi indyka<br>Sałata<br>Jabłka<br>Kawa zbożowa na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Szynka z piersi indyka b<br>Sałata<br>Banan<br>Herbata                                         | Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi indyka<br>Surówka z kapusty pekińskiej<br>Sałata<br>Jabłka<br>Jogurt naturalny ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata                                                                            | Chleb orkiszowy ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u> )<br>Chleb graham.<br>Masło p ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi indyka b<br>Papryka świeża.<br>Sałata<br>Herbata b/c                                                                                    | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi indyka b<br>Sałata<br>Kawa zbożowa na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) | Kleik z kaszy mannej z żółtkiem i miodem ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. MI.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Jajko gotowane ( <u>JAJ.</u> )<br>Sałata<br>Jabłka<br>Kawa zbożowa na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliny II ( <u>MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi indyka<br>Sałata<br>Jabłka<br>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> )<br>Kotlet mielony I ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.</u> )<br>Buraczki z cebulą I<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                                                | Zupa pomidorowa z ryżem II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Pulpety drobiowe w sosie II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Buraczki gotowane ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                           | Zupa pomidorowa z ryżem III ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Pulpety drobiowe w sosie II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Buraczki gotowane III ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot z jabłek s | Zupa pomidorowa z ryżem II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Pulpety drobiowe w sosie II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa pomidorowa z ryżem II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Pulpety drobiowe w sosie II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane b/c ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot b/c | Zupa pomidorowa z ryżem II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Knedle z owocami ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Kompot s                                                                                                         | Zupa pomidorowa z ryżem II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Pulpety drobiowe w sosie II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Buraczki gotowane ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                                                                       | Zupa pomidorowa z ryżem II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Pulpety drobiowe w sosie II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Buraczki gotowane ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Ziemniaki 08<br>Kompot z jabłek s                       |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                          |
|                   | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                               | Jabłka                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                     | Herbatniki ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )                                                                                                                                      |
|                   | Kolacja   | Chleb pszenno - żytni ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Sałata<br>Herbata                                                                                          | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Ser twarogowy 09 ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Herbata                                                                         | Kisiel b/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło III ( <u>MLE.</u> )<br>Ser twarogowy 09 ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Jabłka<br>Herbata                      | Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Ser twarogowy ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z ogórka kiszzonego i kapusty ( <u>GOR.</u> )<br>Marchewka surowa<br>Banan<br>Herbata                                                               | Chleb o niskim IG ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb razowy.<br>Masło p ( <u>MLE.</u> )<br>Połędwica drobiowa c ( <u>GOR. SOJ. SOZ.</u> )<br>Ogórek świeży .<br>Sałata<br>Herbata b/c                                                                               | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Ser twarogowy 09 ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Banan<br>Herbata                                                        | Kisiel b/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor c ( <u>POM.</u> )<br>Banan<br>Herbata                                                                                                                                | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Sałata<br>Herbata                                                              | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Ser twarogowy ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata                                                                                                               | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE.</u> )<br>Ser twarogowy ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Herbata |
|                   | PN        | Pieczywo chrupkie ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Miód naturalny por ( <u>MI.</u> )                                                                                                                                                                                   | Miód naturalny por ( <u>MI.</u> )<br>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> )<br>Miód naturalny por ( <u>MI.</u> )                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Pieczywo chrupkie ( <u>GLU PSZ.</u> )                                                                                                                                                                                               | Kisiel b/c                                                                                                                                                                                                                                          | Pieczywo chrupkie ( <u>GLU PSZ.</u> )                                                                                                                                    |
|                   |           | W.Ener: 2316.19 kcal;<br>B: 88.91 g; T: 72.03 g;<br>W: 330.38 g; : 5.22 g;<br>Kw.tł.nasy.: 40.22 g; Bł: 31.35 g; Sód: 2098.03 mg; W tym cukry.: 87.59 g;                                                                                                     | W.Ener: 2266.64 kcal;<br>B: 98.92 g; T: 75.66 g;<br>W: 297.76 g; : 3.24 g;<br>Kw.tł.nasy.: 41.13 g; Bł: 27.00 g; Sód: 1302.13 mg; W tym cukry.: 91.98 g;                                                                                    | W.Ener: 2181.78 kcal;<br>B: 96.71 g; T: 46.52 g;<br>W: 346.77 g; : 3.24 g;<br>Kw.tł.nasy.: 21.78 g; Bł: 31.60 g; Sód: 1305.77 mg; W tym cukry.: 123.72 g;                                                  | W.Ener: 2207.67 kcal;<br>B: 90.57 g; T: 67.49 g;<br>W: 322.18 g; : 5.51 g;<br>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;<br>B: 108.95 g; T: 85.49 g;<br>W: 287.59 g; : 4.93 g;<br>Kw.tł.nasy.: 38.49 g; Bł: 50.46 g; Sód: 1981.06 mg; W tym cukry.: 53.88 g;                                                                                                     | W.Ener: 2572.03 kcal;<br>B: 118.38 g; T: 80.98 g;<br>W: 344.17 g; : 3.41 g;<br>Kw.tł.nasy.: 44.46 g; Bł: 30.06 g; Sód: 1368.53 mg; W tym cukry.: 126.55 g;                                                                          | W.Ener: 2352.45 kcal;<br>B: 41.72 g; T: 95.07 g;<br>W: 332.01 g; : 3.25 g;<br>Kw.tł.nasy.: 56.00 g; Bł: 23.18 g; Sód: 1315.55 mg; W tym cukry.: 103.48 g;                                                                                                                               | W.Ener: 2281.90 kcal;<br>B: 67.19 g; T: 101.89 g;<br>W: 271.63 g; : 4.73 g;<br>Kw.tł.nasy.: 59.31 g; Bł: 20.03 g; Sód: 1897.91 mg; W tym cukry.: 100.07 g;                                                                          | W.Ener: 2129.69 kcal;<br>B: 94.31 g; T: 82.46 g;<br>W: 263.29 g; : 3.41 g;<br>Kw.tł.nasy.: 46.08 g; Bł: 22.25 g; Sód: 1369.24 mg; W tym cukry.: 74.66 g;                                                                                            | W.Ener: 2268.84 kcal;<br>B: 99.84 g; T: 73.27 g;<br>W: 302.24 g; : 3.53 g;<br>Kw.tł.nasy.: 37.51 g; Bł: 25.52 g; Sód: 1416.36 mg; W tym cukry.: 108.94 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                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-09-13 niedziela | Śniadanie | Jogurt owocowy z owsianką ( <b>MLE b/LAK.</b> )<br>Bułka kajzerka ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Chleb razowy.<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Pasta z soczewicy z pomidorem suszonym<br>Dżem<br>Jabłka<br>Kakao na mleku ( <b>MLE. KOK.</b> )     | Jogurt owocowy z owsianką ( <b>MLE b/LAK.</b> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Miód naturalny ( <b>MI.</b> )<br>Szynka gotowana - wieprzowa<br>Salata<br>Banan d<br>Kakao na mleku ( <b>MLE. KOK.</b> ) | Jogurt owocowy z owsianką ( <b>MLE b/LAK.</b> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło III ( <b>MLE.</b> )<br>Miód naturalny ( <b>MI.</b> )<br>Szynka gotowana - wieprzowa<br>Salata<br>Banan<br>Herbata | Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka gotowana - wieprzowa b<br>Ser twarogowy ( <b>MLE.</b> )<br>Surówka wielowarzywna ( <b>SEL.</b> )<br>Banan<br>Salata<br>Herbata                   | Chleb pełnoziarnisty ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU OW.</b> )<br>Chleb graham.<br>Masło p ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka gotowana-wieprzowa c<br>Papryka świeża.<br>Salata<br>Kakao na mleku b/c ( <b>MLE. KOK.</b> )   | Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Miód naturalny ( <b>MI.</b> )<br>Szynka gotowana-wieprzowa c<br>Salata<br>Banan<br>Kakao na mleku b/c ( <b>MLE. KOK.</b> ) | Kleik z kaszy mannej ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Ser twarogowy 09 ( <b>MLE.</b> )<br>Miód naturalny ( <b>MI.</b> )<br>Dżem<br>Poledwica drobiowa ( <b>GÓR. SOJ. SO2.</b> )<br>Banan<br>Herbata | Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Ser twarogowy 09 ( <b>MLE.</b> )<br>Miód naturalny ( <b>MI.</b> )<br>Banan<br>Herbata | Kasza kukurydziana na mleku ( <b>MLE.</b> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Ser twarogowy ( <b>MLE.</b> )<br>Miód naturalny ( <b>MI.</b> )<br>Kakao na mleku ( <b>MLE. KOK.</b> ) | Kasza mleczna z owocami- wypasiona ( <b>GLU PSZ. MLE b/LAK.</b> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <b>MLE.</b> )<br>Miód naturalny ( <b>MI.</b> )<br>Szynka gotowana - wieprzowa<br>Kakao na mleku ( <b>MLE. KOK.</b> )<br>Salata |
|                      | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                            | Jogurt naturalny ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                               | Jogurt owocowy ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                   | Banan                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                      | Obiad     | Zupa kalafiorowa I ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.</b> )<br>Filet drobiowy panierowany I ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.</b> )<br>Surówka z selera i marchwi I ( <b>MLE. SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kompot s | Zupa kalafiorowa II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Udko gotowane II<br>Marchew gotowana ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Ryż na sypko ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Kompot s                                                                                                  | Zupa kalafiorowa III ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Filet drobiowy gotowany w sosie II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Marchew gotowana III ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Ryż na sypko III ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kompot z jabłek s | Zupa kalafiorowa II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Udko gotowane II<br>Surówka z kapusty pekińskiej<br>Surówka z marchwi i chrzanu I ( <b>MLE.</b> )<br>Ryż brązowy na sypko ( <b>MLE.</b> )<br>Kompot s | Zupa kalafiorowa III ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Udko gotowane II<br>Surówka wielowarzywna b/c ( <b>SEL.</b> )<br>Ryż brązowy na sypko ( <b>MLE.</b> )<br>Kompot b/c                                      | Zupa kalafiorowa II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Udko gotowane II<br>Marchew gotowana III ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Ryż na sypko ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Kompot s                                             | Zupa kalafiorowa II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Kopytka w sosie pieczarkowym ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej<br>Surówka z marchwi i chrzanu I ( <b>MLE.</b> )<br>Kompot z jabłek s                                                                  | Zupa kalafiorowa II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Ryż z truskawkami ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Kompot s                                                                        | Zupa kalafiorowa II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Udko gotowane II<br>Marchew gotowana III ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Ryż na sypko ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Kompot s                                                                       | Zupa kalafiorowa II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Udko gotowane II<br>Marchew gotowana III ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Ryż na sypko ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Kompot z jabłek s                                                                                                    |
|                      | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                | Biszkopty . ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> )                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                   | Biszkopty ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                      | Kolacja   | Chleb graham.<br>Chleb pszenno - żytni. ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka gotowana - wieprzowa b<br>Ogórek świeży<br>Herbata                                                                                      | Salata<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka<br>Bianka-drobiowa z indyka ( <b>POM.</b> )<br>Herbata<br>Jabłka                                                                                           | Kisiel b/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło III ( <b>MLE.</b> )<br>Ser twarogowy ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka<br>Bianka-drobiowa z indyka<br>Pomidor ( <b>POM.</b> )<br>Herbata<br>Jabłka             | Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka<br>Bianka-drobiowa z indyka<br>Surówka z czerwonej kapusty<br>Pomidor ( <b>POM.</b> )<br>Herbata                                                 | Kisiel b/c<br>Chleb orkiszowy ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JECZ.</b> )<br>Chleb graham.<br>Masło p ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka<br>Bianka-drobiowa z indyka c<br>Pomidor c ( <b>POM.</b> )<br>Salata<br>Herbata b/c | Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Ser twarogowy ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka<br>Bianka-drobiowa z indyka c<br>Pomidor ( <b>POM.</b> )<br>Herbata                | Kisiel b/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Miód naturalny ( <b>MI.</b> )<br>Salatka jarzynowa III ( <b>JAJ. MLE. SEL.</b> )<br>Herbata                                                                                 | Kisiel b/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Jajko gotowane ( <b>JAJ.</b> )<br>Pomidor c ( <b>POM.</b> )<br>Herbata  | Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Pasta z wędliny II ( <b>MLE.</b> )<br>Herbata                                                                                                                                           | Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka<br>Bianka-drobiowa z indyka<br>Pomidor ( <b>POM.</b> )<br>Salata<br>Herbata                                                                                                 |
|                      | PN        | Sok pomidorowy ( <b>POM.</b> )<br>Wafle ryżowe.                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                            | Bułka grahamka z wędliną ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                       | Sok pomidorowy ( <b>POM.</b> )<br>Wafle ryżowe.                                                                                                                                                                         | Wafle ryżowe.<br>Sok warzywny                                                                                                                                                                                                                                                          | Wafle ryżowe.<br>Sok pomidorowy ( <b>POM.</b> )                                                                                                                                    | Kisiel b/c                                                                                                                                                                                                                                        | Sok owocowy kartonik ze słomką<br>Wafle ryżowe.                                                                                                                                                                                                                                         |
|                      |           | W.Ener: 2346.61 kcal;<br>B: 94.26 g; T: 58.95 g;<br>W: 354.17 g; : 4.20 g;<br>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;<br>B: 86.67 g; T: 76.86 g;<br>W: 305.54 g; : 4.88 g;<br>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;<br>B: 86.18 g; T: 43.42 g;<br>W: 346.38 g; : 3.79 g;<br>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;<br>B: 94.72 g; T: 71.68 g;<br>W: 272.17 g; : 5.43 g;<br>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;<br>B: 98.65 g; T: 77.74 g;<br>W: 256.44 g; : 5.09 g;<br>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;<br>B: 103.71 g; T: 78.09 g;<br>W: 306.90 g; : 5.50 g;<br>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;<br>B: 48.97 g; T: 44.48 g;<br>W: 376.18 g; : 4.37 g;<br>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;<br>B: 64.56 g; T: 59.70 g;<br>W: 297.04 g; : 2.63 g;<br>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;<br>B: 93.72 g; T: 73.38 g;<br>W: 265.05 g; : 4.34 g;<br>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;<br>B: 84.84 g; T: 72.49 g;<br>W: 318.80 g; : 4.85 g;<br>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> )<br>Chleb razowy.<br>Chleb pszenno - żytni. ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Pasztecik drobiowy p ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> )<br>Salata<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Jabłko<br>Herbata | Płatki owsiane na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Kiełbasa szynkowa Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Salata<br>Jabłko<br>Herbata | Płatki owsiane na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło III ( <u>MLE.</u> )<br>Szyunka Biała-drobiowa z indyka c Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Salata<br>Jabłko<br>Herbata | Jogurt naturalny ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Kiełbasa szynkowa c Pomidor c ( <u>POM.</u> )<br>Salata<br>Jabłko<br>Herbata                                                                             | Kisiel b/c<br>Chleb o niskim IG ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Chleb razowy.<br>Masło p ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta twarogowa z pomidorem susz. ( <u>MLE.</u> )<br>Papryka świeża.<br>Herbata b/c           | Płatki owsiane na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Kiełbasa szynkowa c Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Salata<br>Herbata        | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Pomidor II ( <u>POM.</u> )<br>Jabłko<br>Herbata<br>Kiełb z kaszy mannej ( <u>GLU PSZ.</u> )                  | Płatki owsiane na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Miód naturalny ( <u>MI.</u> )<br>Pomidor II ( <u>POM.</u> )<br>Jabłko<br>Herbata | Płatki owsiane na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliny II ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata     | Płatki owsiane na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE.</u> )<br>Kiełbasa szynkowa Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Herbata<br>Salata |
| II śniadanie |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                 | Wafle ryżowe.<br>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> )<br>Ryba smażona I ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ.</u> )<br>Surówka z białej kapusty<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                                             | Zupa szpinakowa II ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pierogi leniwe z musem owocowym II ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Kompot s                                                                                          | Zupa szpinakowa III ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pierogi leniwe z musem III ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Kompot z jabłek s                                                                                                  | Zupa szpinakowa II ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab gotowany w sosie II ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Surówka z marchwi i słonecznikiem ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z selera i jabłko b/c ( <u>MLE, SEL.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa szpinakowa III ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Sztuka mięsa gotowanego<br>Surówka z marchwi b/c ( <u>MLE.</u> )<br>Surówka z kapusty białej b/c<br>Kasza gryczana<br>Kompot b/c                 | Zupa szpinakowa II ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Schab gotowany w sosie II ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Marchew gotowana III ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa szpinakowa III ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Knedle z owocami ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Surówka z marchwi b/c ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot s                                                          | Zupa szpinakowa II ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pierogi leniwe z musem owocowym II ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Kompot s                                                                                                  | Zupa szpinakowa III ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Mięso z szynki mielone ( <u>MLE.</u> )<br>Marchew gotowana ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                  | Zupa szpinakowa II ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> )<br>Pierogi leniwe z musem owocowym II ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Kompot z jabłek s                                                                               |
| PD           |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                       | Jogurt owocowy ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                    | Paluszki ( <u>GLU PSZ.</u> )                                                                                                                                                                                            |
| Kolacja      | Chleb graham .<br>Chleb pszenno - żytni. ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj I ( <u>JAJ, MLE, GOR.</u> )<br>Salata<br>Rzodkiewka<br>Herbata                                                                                      | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Jajko gotowane ( <u>JAJ.</u> )<br>Banan<br>Salata<br>Herbata                                                         | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło III ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Polewica drobiowa b ( <u>GOR, SOJ, SO2.</u> )<br>Salata<br>Banan<br>Herbata                                                          | Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane ( <u>JAJ.</u> )<br>Ogórek świeży .<br>Salata<br>Banan<br>Herbata<br>Dżem                                                                                                      | Jogurt naturalny ( <u>MLE.</u> )<br>Chleb razowy.<br>Chleb graham .<br>Masło p ( <u>MLE.</u> )<br>Polewica drobiowa c ( <u>GOR, SOJ, SO2.</u> )<br>Pomidor c ( <u>POM.</u> )<br>Salata<br>Herbata b/c | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Jajko gotowane ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata<br>Banan<br>Herbata                     | Kisiel b/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Miód naturalny ( <u>MI.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Salata<br>Banan<br>Herbata | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Pasta z jaj ( <u>JAJ, MLE.</u> )<br>Salata<br>Banan<br>Herbata                                                               | Ryż na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata<br>Banan<br>Herbata | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane ( <u>JAJ.</u> )<br>Salata<br>Herbata                                                                |
| PN           | Serek wiejski lekki ( <u>MLE b/LAK.</u> )                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                     | Chrupki kukurydziane<br>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;<br>B: 101.94 g; T: 75.54 g;<br>W: 296.09 g; : 4.44 g;<br>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;<br>B: 97.00 g; T: 67.68 g;<br>W: 329.31 g; : 2.71 g;<br>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;<br>B: 87.38 g; T: 46.82 g;<br>W: 344.82 g; : 3.47 g;<br>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;<br>B: 85.22 g; T: 61.90 g;<br>W: 324.28 g; : 3.97 g;<br>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;<br>B: 106.23 g; T: 61.45 g;<br>W: 275.83 g; : 6.31 g;<br>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;<br>B: 115.38 g; T: 68.76 g;<br>W: 357.83 g; : 4.09 g;<br>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;<br>B: 31.46 g; T: 66.06 g;<br>W: 339.24 g; : 3.32 g;<br>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;<br>B: 91.74 g; T: 67.75 g;<br>W: 349.78 g; : 1.95 g;<br>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;<br>B: 96.63 g; T: 79.66 g;<br>W: 296.78 g; : 5.84 g;<br>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;<br>B: 98.76 g; T: 59.95 g;<br>W: 296.73 g; : 2.80 g;<br>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> )<br>Chleb graham .<br>Chleb pszenno - żytni. ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Połudwica drobiowa. ( <u>GOR, SOJ, SO2,</u> )<br>Papryka świeża<br>Sałata<br>Herbata<br>Miód naturalny ( <u>MI,</u> ) | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Serek twarogowy śmiet 1p-16g ( <u>MLE b/LAK,</u> )<br>Szynka soltysówka<br>Sałata<br>Banan<br>Herbata | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło III ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka soltysówka<br>Serek twarogowy śmiet 1p-16g ( <u>MLE b/LAK,</u> )<br>Sałata<br>Banan<br>Herbata | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Serek twarogowy śmiet 1p-16g ( <u>MLE b/LAK,</u> )<br>Szynka soltysówka<br>Surówka z selera i jabłka b/c ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Ogórek świeży .<br>Sałata<br>Herbata<br>Chleb graham .<br>Banan | Chleb orkiszowy ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> )<br>Chleb graham .<br>Masło p ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka soltysówka c<br>Papryka świeża.<br>Sałata<br>Banan<br>Herbata b/c                                                                               | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka soltysówka c<br>Serek twar Almette 1p-30g ( <u>MLE b/LAK,</u> )<br>Sałata<br>Banan d<br>Herbata | Kasza manna na rosole ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Miód naturalny por ( <u>MI,</u> )<br>Serek twarogowy śmiet 1p-16g ( <u>MLE b/LAK,</u> )<br>Banan<br>Herbata | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło extra ( <u>MLE,</u> )<br>Ser żółty ( <u>MLE,</u> )<br>Ogórek świeży .<br>Sałata<br>Banan<br>Biszkopty ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Herbata | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Pasta z wędliny II ( <u>MLE,</u> )<br>Serek twarogowy śmiet 1p-16g ( <u>MLE b/LAK,</u> )<br>Banan<br>Herbata | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka soltysówka<br>Serek twarogowy śmiet 1p-16g ( <u>MLE b/LAK,</u> )<br>Sałata<br>Banan<br>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> )<br>Pieczeń rzymska w sosie I ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u> )<br>Buraczki gotowane ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Kasza pęczak ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sałata<br>Kompot s                  | Zupa krupnik z kaszy jaglanej II ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Filet z indyka gotowany Sos szpinakowy ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <u>MLE,</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                       | Zupa krupnik z kaszay jaglanej III ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Filet z indyka gotowany Sos szpinakowy ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <u>MLE,</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s                               | Zupa krupnik z kaszy jaglanej II ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Filet z indyka gotowany Surówka wielowarzywna ( <u>SEL,</u> )<br>Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <u>MLE,</u> )<br>Ryż brązowy na sypko ( <u>MLE,</u> )<br>Kompot s                                                               | Zupa krupnik z kaszay jaglanej III ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Filet z indyka gotowany Sos szpinakowy ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Surówka wielowarzywna b/c ( <u>SEL,</u> )<br>Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <u>MLE,</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa krupnik z kaszy jaglanej II ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Filet z indyka gotowany Sos szpinakowy ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <u>MLE,</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                        | Zupa krupnik z kaszay jaglanej III ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Zapiekanka ziemniaczana III ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u> )<br>Surówka wielowarzywna ( <u>SEL,</u> )<br>Kompot s                                                                        | Zupa krupnik z kaszy jaglanej II ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Zapiekanka z ziemniaków i warzyw ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u> )<br>Surówka wielowarzywna ( <u>SEL,</u> )<br>Kompot s                                                                 | Zupa krupnik z kaszy jaglanej II ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Filet z indyka gotowany Sos szpinakowy ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <u>MLE,</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s           | Zupa krupnik z kaszay jaglanej III ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Filet z indyka gotowany Sos szpinakowy ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) ( <u>MLE,</u> )<br>Ziemniaki 08<br>Kompot s                                          |
| PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                               | Serek Homogenizowany ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                          | Chrupki kukurydziane                                                                                                                                                                                                                                         |
| Kolacja   | Jabłka<br>Chleb pszenno - żytni ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta twarogowa z pomidorem susz. ( <u>MLE,</u> )<br>Herbata                                                                                                                     | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Połudwica drobiowa ( <u>GOR, SOJ, SO2,</u> )<br>Pomidor ( <u>POM,</u> )<br>Sałata<br>Jabłka<br>Herbata<br>Miód naturalny por ( <u>MI,</u> )             | Jogurt owocowy ( <u>MLE,</u> )<br>Kisiel b/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło III ( <u>MLE,</u> )<br>Połudwica drobiowa c ( <u>GOR, SOJ, SO2,</u> )<br>Pomidor ( <u>POM,</u> )<br>Jabłka<br>Herbata          | Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Połudwica drobiowa ( <u>GOR, SOJ, SO2,</u> )<br>Pomidor c ( <u>POM,</u> )<br>Jabłka<br>Herbata<br>Kisiel b/c                                                                                                                                       | Kisiel b/c<br>Chleb graham .<br>Chleb razowy.<br>Masło p ( <u>MLE,</u> )<br>Połudwica drobiowa c ( <u>GOR, SOJ, SO2,</u> )<br>Pomidor c ( <u>POM,</u> )<br>Herbata b/c                                                                                        | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Połudwica drobiowa c ( <u>GOR, SOJ, SO2,</u> )<br>Pomidor ( <u>POM,</u> )<br>Jabłka<br>Herbata                                                           | Kisiel b/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Serek Homogenizowany ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem<br>Jabłka<br>Papryka świeża.<br>Herbata<br>Pomidor c ( <u>POM,</u> )                                    | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło extra ( <u>MLE,</u> )<br>Serek Homogenizowany ( <u>MLE,</u> )<br>Jabłka<br>Herbata                                                                                                          | Ryż na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Pasta z wędliny II ( <u>MLE,</u> )<br>Herbata                                                                         | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE,</u> )<br>Połudwica drobiowa ( <u>GOR, SOJ, SO2,</u> )<br>Pomidor ( <u>POM,</u> )<br>Jabłka<br>Herbata                                                            |
| PN        | Mus owocowo-warzywny                                                                                                                                                                                                                                                                 | Pieczywo chrupkie ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Mus owocowo-warzywny                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                | Mus owocowo-warzywny                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Bułka grahamka z wędliną ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                                      | Pieczywo chrupkie ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Mus owocowo-warzywny                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                 | Mus owocowo-warzywny                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                              |
|           | W.Ener: 2302.77 kcal;<br>B: 92.94 g; T: 70.54 g;<br>W: 340.15 g; : 4.49 g;<br>Kw.tł.nasy.: 38.59 g; Bł: 33.79 g; Sód: 1795.59 mg; W tym cukry.: 77.27 g;                                                                                                                             | W.Ener: 2100.77 kcal;<br>B: 75.20 g; T: 61.59 g;<br>W: 313.31 g; : 3.64 g;<br>Kw.tł.nasy.: 35.09 g; Bł: 30.12 g; Sód: 1467.43 mg; W tym cukry.: 94.37 g;                                                                                             | W.Ener: 2099.44 kcal;<br>B: 80.08 g; T: 48.59 g;<br>W: 336.91 g; : 3.95 g;<br>Kw.tł.nasy.: 26.34 g; Bł: 28.96 g; Sód: 1586.72 mg; W tym cukry.: 97.17 g;                                                                                       | W.Ener: 2155.14 kcal;<br>B: 78.66 g; T: 65.20 g;<br>W: 336.18 g; : 4.22 g;<br>Kw.tł.nasy.: 37.67 g; Bł: 45.36 g; Sód: 1697.28 mg; W tym cukry.: 113.55 g;                                                                                                                                             | W.Ener: 2084.01 kcal;<br>B: 82.78 g; T: 67.77 g;<br>W: 302.70 g; : 4.97 g;<br>Kw.tł.nasy.: 36.90 g; Bł: 41.68 g; Sód: 2000.92 mg; W tym cukry.: 77.28 g;                                                                                                      | W.Ener: 2478.95 kcal;<br>B: 99.25 g; T: 81.15 g;<br>W: 335.66 g; : 4.55 g;<br>Kw.tł.nasy.: 46.44 g; Bł: 29.30 g; Sód: 1828.84 mg; W tym cukry.: 119.32 g;                                                                                             | W.Ener: 1997.18 kcal;<br>B: 50.44 g; T: 53.42 g;<br>W: 335.81 g; : 1.87 g;<br>Kw.tł.nasy.: 29.13 g; Bł: 39.20 g; Sód: 766.67 mg; W tym cukry.: 91.68 g;                                                                                                         | W.Ener: 2216.83 kcal;<br>B: 76.16 g; T: 63.76 g;<br>W: 336.42 g; : 3.13 g;<br>Kw.tł.nasy.: 35.68 g; Bł: 32.97 g; Sód: 1258.65 mg; W tym cukry.: 132.96 g;                                                                                                   | W.Ener: 2051.32 kcal;<br>B: 83.61 g; T: 58.71 g;<br>W: 309.39 g; : 4.01 g;<br>Kw.tł.nasy.: 33.44 g; Bł: 25.95 g; Sód: 1613.04 mg; W tym cukry.: 97.68 g;                                                                 | W.Ener: 2005.14 kcal;<br>B: 78.06 g; T: 57.09 g;<br>W: 308.66 g; : 3.70 g;<br>Kw.tł.nasy.: 31.80 g; Bł: 28.34 g; Sód: 1485.95 mg; W tym cukry.: 95.56 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 | Ryż na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Chleb graham .<br>Chleb pszenno - żytni. ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Jajko gotowane ( <u>JAJ,</u> )<br>Szynka Hetmańska<br>Salata<br>Banan<br>Herbata | Ryż na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Ryba w galarecie ( <u>RYB,</u> )<br>Salata<br>Jabłka<br>Herbata<br>Dżem           | Ryż na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło III ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem<br>Ryba w galarecie ( <u>RYB,</u> )<br>Salata<br>Jabłka<br>Herbata                         | Kisiel b/c<br>Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Ryba w galarecie ( <u>RYB,</u> )<br>Ogórek świeży .<br>Surówka z papryki I ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u> )<br>Salata<br>Jabłka<br>Herbata                                               | Kisiel b/c<br>Chleb pełnoziarnisty ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU OW,</u> )<br>Chleb razowy.<br>Masło p ( <u>MLE,</u> )<br>Ryba w galarecie ( <u>RYB,</u> )<br>Jajko gotowane ( <u>JAJ,</u> )<br>Ogórek świeży .<br>Salata<br>Herbata b/c | Ryż na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Ryba w galarecie ( <u>RYB,</u> )<br>Salata<br>Jabłka<br>Herbata<br>Dżem               | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Połędwica drobiowa ( <u>GOR, SOJ, SO2,</u> )<br>Salata<br>Banan<br>Herbata                                             | Ryż na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Dżem<br>Ryba w galarecie ( <u>RYB,</u> )<br>Salata<br>Jabłka<br>Herbata | Ryż na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Ryba w galarecie ( <u>RYB,</u> )<br>Dżem<br>Herbata<br>Jabłko pieczone                   | Ryż na mleku ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE,</u> )<br>Połędwica drobiowa. ( <u>GOR, SOJ, SO2,</u> )<br>Banan<br>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> )<br>Makaron z mięsem i warzywami I ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,</u> )<br>Kompot s                                                                    | Zupa ziemniaczana z koperkiem ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Schab gotowany w sosie II ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Marchew gotowana ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Kasza jęczmienna ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kompot s | Zupa ziemniaczana z koperkiem III ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Schab gotowany w sosie II ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Marchew gotowana III ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Kasza jęczmienna ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kompot s | Zupa ziemniaczana z koperkiem ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Schab gotowany w sosie II ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Surówka z białej kapusty I<br>Surówka z selera z orzechem ( <u>MLE, SEL, ORZ, OZ,</u> )<br>Kasza jęczmienna ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kompot s | Zupa ziemniaczana z koperkiem III ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Schab gotowany w sosie II ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Marchew gotowana ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Kasza jęczmienna ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kompot s           | Zupa ziemniaczana z koperkiem III ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Schab gotowany w sosie II ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Marchew gotowana ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Kasza jęczmienna ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kompot s | Zupa ziemniaczana z koperkiem ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Pyzy ziemniaczane ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Surówka z selera i marchwi I ( <u>MLE, SEL,</u> )<br>Surówka wielowarzywna ( <u>SEL,</u> )<br>Kompot s | Zupa ziemniaczana z koperkiem ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i pomidorem suszonym ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Kompot s                                            | Zupa ziemniaczana z koperkiem ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Schab gotowany / mielony w sosie ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Marchew gotowana ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Kasza jęczmienna ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kompot s | Zupa ziemniaczana z koperkiem ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Schab gotowany w sosie II ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> )<br>Marchew gotowana ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> )<br>Kasza jęczmienna ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Kompot s |
| PD        |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                       | Jogurt owocowy ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                | Biszkopcy ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )                                                                                                                                                                                      |
| Kolacja   | Chleb pszenno - żytni ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta rybna ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )<br>Serek twarogowy śmiet 1p-16g ( <u>MLE b/LAK,</u> )<br>Salata<br>Jabłka<br>Herbata                    | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z piersi indyka<br>Pomidor ( <u>POM,</u> )<br>Salata<br>Herbata                                                     | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło III ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z piersi indyka<br>Pomidor ( <u>POM,</u> )<br>Herbata                                                                             | Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z piersi indyka c<br>Surówka z marchwi i chrzanu I ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor c ( <u>POM,</u> )<br>Jabłka<br>Herbata                                                                                        | Chleb graham .<br>Chleb razowy.<br>Masło p ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z piersi indyka b<br>Papryka świeża.<br>Salata<br>Herbata b/c<br>Pomidor c ( <u>POM,</u> )                                                                       | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z piersi indyka b<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor ( <u>POM,</u> )<br>Salata<br>Herbata                    | Kisiel b/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Serek Ziański ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor c ( <u>POM,</u> )<br>Herbata<br>Papryka świeża                  | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Serek Ziański ( <u>MLE,</u> )<br>Pomidor c ( <u>POM,</u> )<br>Herbata                                            | Kisiel z/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE,</u> )<br>Pasta z wędliny II ( <u>MLE,</u> )<br>Herbata                                                                       | Salata<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE,</u> )<br>Szynka z piersi indyka<br>Pomidor ( <u>POM,</u> )<br>Herbata                                             |
| PN        | Sok warzywny                                                                                                                                                                                                                           | Sok warzywny<br>Pieczywo chrupkie ( <u>GLU PSZ,</u> )                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                       | Bułka grahamka z wędliną ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                              | Pieczywo chrupkie ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sok warzywny                                                                                                                                                                       | Sok warzywny<br>Pieczywo chrupkie ( <u>GLU PSZ,</u> )                                                                                                                                                               | Pieczywo chrupkie ( <u>GLU PSZ,</u> )<br>Sok warzywny                                                                                                                                                         | Sok warzywny                                                                                                                                                                                                                   | Jogurt owocowy ( <u>MLE,</u> )                                                                                                                                                                                          |
|           | W.Ener: 2370.19 kcal;<br>B: 92.82 g; T: 69.05 g;<br>W: 354.23 g; : 5.46 g;<br>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;<br>B: 94.17 g; T: 59.66 g;<br>W: 291.47 g; : 3.19 g;<br>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;<br>B: 95.05 g; T: 47.84 g;<br>W: 307.50 g; : 3.29 g;<br>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;<br>B: 92.68 g; T: 54.50 g;<br>W: 310.61 g; : 4.05 g;<br>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;<br>B: 116.56 g; T: 65.48 g;<br>W: 287.60 g; : 4.87 g;<br>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;<br>B: 107.65 g; T: 66.16 g;<br>W: 347.97 g; : 3.80 g;<br>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;<br>B: 41.08 g; T: 61.43 g;<br>W: 332.11 g; : 2.58 g;<br>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;<br>B: 91.83 g; T: 84.09 g;<br>W: 266.62 g; : 3.68 g;<br>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;<br>B: 93.66 g; T: 67.88 g;<br>W: 298.60 g; : 3.39 g;<br>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;<br>B: 85.32 g; T: 60.25 g;<br>W: 343.15 g; : 3.94 g;<br>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                                                                                                                                          |
|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie | Kasza jaglana na mleku (MLE.)<br>Chleb razowy.<br>Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło (82% tł.) (MLE.)<br>Dżem<br>Serek kanapkowy w plastrach (MLE b/LAK.)<br>Sałata<br>Jabłka<br>Herbata | Kasza jaglana na mleku (MLE.)<br>Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło (82% tł.) (MLE.)<br>Serek kanapkowy w plastrach (MLE b/LAK.)<br>Miód naturalny por (ML.)<br>Banan<br>Herbata | Kasza jaglana na mleku (MLE.)<br>Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło III (MLE.)<br>Ser twarogowy 09 (MLE.)<br>Ser twarogowy 09 (MLE.)<br>Miód naturalny por (ML.)<br>Banan<br>Herbata | Kefir (MLE.)<br>Chleb razowy.<br>Chleb graham .<br>Masło (82% tł.) (MLE.)<br>Ser twarogowy 09 (MLE.)<br>Rzodkiewka<br>Banan<br>Herbata<br>Papryka świeża                                                            | Chleb orkiszowy (GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JECZ.)<br>Chleb graham .<br>Masło p (MLE.)<br>Pasta rybna (GLU PSZ. JAJ.)<br>Ser twarogowy (MLE.)<br>Pomidor c (POM.)<br>Sałata<br>Herbata b/c                                                      | Kasza jaglana na mleku (MLE.)<br>Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Poledwica drobiowa. (GOR. SOJ. SO2.)<br>Masło (82% tł.) (MLE.)<br>Ser twarogowy (MLE.)<br>Miód naturalny por (ML.)<br>Jabłka<br>Herbata | Kisiel z/c<br>Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło (82% tł.) (MLE.)<br>Miód naturalny (ML.)<br>Banan<br>Herbata                                  | Kasza jaglana na mleku (MLE.)<br>Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło (82% tł.) (MLE.)<br>Serek kanapkowy w plastrach (MLE b/LAK.)<br>Banan<br>Herbata        | Kasza jaglana na mleku (MLE.)<br>Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło (82% tł.) (MLE.)<br>Miód naturalny por (ML.)<br>Ser twarogowy (MLE.)<br>Banan<br>Herbata | Kasza jaglana na mleku (MLE.)<br>Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło ( 82 % tł) II s/p (MLE.)<br>Ser twarogowy (MLE.)<br>Herbata<br>Miód naturalny por (ML.) |
| II śN     |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                     | Pieczewo chrupkie (GLU PSZ.)<br>Sok warzynny                                                                                                                                                                                               | Jogurt Skyr naturalny (MLE b/LAK.)                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                  | Banan                                                                                                                                                                           |
| Obiad     | Zupa neapolitańska I (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.)<br>Kapusta faszerowana w sosie pomidorowym (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ. POM.)<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                           | Zupa wiejska II (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.)<br>Filet drobiowy gotowany w sosie II (GLU PSZ. MLE. SEL.)<br>Buraczki gotowane (GLU PSZ. MLE.)<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                   | Zupa wiejska III (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.)<br>Filet drobiowy gotowany w sosie II (GLU PSZ. MLE. SEL.)<br>Buraczki gotowane III (GLU PSZ.)<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                       | Zupa wiejska II (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.)<br>Filet drobiowy gotowany w sosie II (GLU PSZ. MLE. SEL.)<br>Surówka z selera i marchwi I (MLE. SEL.)<br>Surówka z czerwonej kapusty z rodzynek<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa wiejska II (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.)<br>Filet drobiowy gotowany 08 (GLU PSZ. SEL.)<br>Sos szpinakowy (GLU PSZ. MLE.)<br>Buraczki gotowane b/c (GLU PSZ. MLE.)<br>Surówka z selera i jabłka b/c (MLE. SEL.)<br>Ziemniaki<br>Kompot b/c | Zupa wiejska II (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.)<br>Filet drobiowy gotowany w sosie II (GLU PSZ. MLE. SEL.)<br>Buraczki gotowane (GLU PSZ. MLE.)<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                                        | Zupa wiejska II (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.)<br>Kotlety ziemniaczane I (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.)<br>Surówka z czerwonej kapusty z rodzynek<br>Kompot s | Zupa wiejska II (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.)<br>Kotlety ziemniaczane I (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.)<br>Surówka z czerwonej kapusty z rodzynek<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa wiejska II (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.)<br>Filet drobiowy mielony (MLE.)<br>Buraczki gotowane (GLU PSZ. MLE.)<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                         | Zupa wiejska II (GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.)<br>Filet drobiowy gotowany w sosie II (GLU PSZ. MLE. SEL.)<br>Buraczki gotowane (GLU PSZ. MLE.)<br>Ziemniaki 08<br>Kompot s           |
| PD        |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                            | Banan                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                  | Paluszki (GLU PSZ.)                                                                                                                                                             |
| Kolacja   | Chleb razowy.<br>Chleb pszenno - żytni. (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło (82% tł.) (MLE.)<br>Szynka biała wieprzowa -od szwagra<br>Sałata<br>Pomidor (POM.)<br>Herbata                                        | Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło (82% tł.) (MLE.)<br>Szynka biała wieprzowa -od szwagra<br>Pomidor (POM.)<br>Sałata<br>Herbata                                                 | Kisiel z/c<br>Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło III (MLE.)<br>Szynka biała wieprzowa -od szwagra c<br>Pomidor (POM.)<br>Sałata<br>Herbata                                           | Kisiel b/c<br>Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) (MLE.)<br>Szynka biała wieprzowa -od szwagra c<br>Sałata<br>Pomidor c (POM.)<br>Banan<br>Herbata                                                                      | Kisiel b/c<br>Chleb graham .<br>Chleb razowy.<br>Masło p (MLE.)<br>Szynka biała wieprzowa -od szwagra c<br>Papryka świeża.<br>Sałata<br>Herbata b/c                                                                                        | Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło (82% tł.) (MLE.)<br>Szynka biała wieprzowa -od szwagra c<br>Sałata<br>Herbata                                                                                      | Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło (82% tł.) (MLE.)<br>Szynka biała wieprzowa -od szwagra<br>Pomidor c (POM.)<br>Sałata<br>Herbata<br>Jabłka   | Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło (82% tł.) (MLE.)<br>Jajko gotowane (JAJ.)<br>Sałata<br>Pomidor (POM.)<br>Herbata                                         | Kleik ryżowy<br>Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło (82% tł.) (MLE.)<br>Pasta z wędliny (MLE.)<br>Pomidor (POM.)<br>Herbata                                   | Bułka wrocławska pszenna (GLU PSZ. JAJ. MLE.)<br>Masło ( 82 % tł) II s/p (MLE.)<br>Szynka biała wieprzowa -od szwagra<br>Pomidor (POM.)<br>Sałata<br>Herbata                    |
| PN        | Mus owocowy szt                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                          | Pieczewo chrupkie (GLU PSZ.)<br>Mus owocowy szt                                                                                                                                                                     | Bułka grahamka z wędliną (MLE.)                                                                                                                                                                                                            | Mus owocowy szt                                                                                                                                                                                                           | Mus owocowy szt<br>Pieczewo chrupkie (GLU PSZ.)                                                                                                                    | sok owocowy                                                                                                                                                                     | Mus owocowy szt                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                 |
|           | W.Ener: 2055.99 kcal;<br>B: 79.69 g; T: 66.49 g;<br>W: 298.07 g; : 3.99 g;<br>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;<br>B: 72.52 g; T: 61.40 g;<br>W: 309.85 g; : 2.94 g;<br>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;<br>B: 89.10 g; T: 42.59 g;<br>W: 331.43 g; : 3.28 g;<br>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;<br>B: 85.28 g; T: 49.43 g;<br>W: 333.71 g; : 3.44 g;<br>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;<br>B: 98.66 g; T: 64.63 g;<br>W: 313.45 g; : 4.48 g;<br>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;<br>B: 106.17 g; T: 57.50 g;<br>W: 333.87 g; : 4.09 g;<br>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;<br>B: 42.01 g; T: 41.33 g;<br>W: 359.10 g; : 2.27 g;<br>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;<br>B: 67.43 g; T: 64.66 g;<br>W: 399.92 g; : 2.13 g;<br>Kw.tł.nasy.: 34.44 g; Bł: 33.14 g; Sód: 867.51 mg; W tym cukry.: 94.86 g;                         | W.Ener: 2042.74 kcal;<br>B: 82.80 g; T: 62.15 g;<br>W: 298.85 g; : 2.87 g;<br>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;<br>B: 84.27 g; T: 48.11 g;<br>W: 309.00 g; : 2.96 g;<br>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                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-09-18 piątek | Śniadanie | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Chleb razowy.<br>Chleb pszenno - żytni. ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z soczewicy z pomidorem suszonym<br>Ogonówka<br>Ogórek świeży<br>Sałata<br>Herbata | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Dżem<br>Pasta z jaj ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Sałata<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Herbata<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> ) | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło III ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica drobiowa ( <u>GOR. SOJ. SO2.</u> )<br>Pomidor c ( <u>POM.</u> )<br>Sałata<br>Herbata<br>Jabłka | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Pasta z jaj ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Papryka świeża.<br>Sałata<br>Herbata                                                                              | Chleb o niskim IG ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb graham .<br>Masło p ( <u>MLE.</u> )<br>Jajko gotowane ( <u>JAJ.</u> )<br>Poledwica drobiowa c ( <u>GOR. SOJ. SO2.</u> )<br>Papryka świeża.<br>Sałata<br>Herbata b/c                                                                                   | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Dżem<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Sałata<br>Herbata | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Miód naturalny ( <u>MI.</u> )<br>PomidorII ( <u>POM.</u> )<br>Jabłka<br>Herbata                                           | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Jabłka<br>Pomidor c ( <u>POM.</u> )<br>Herbata                               | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Dżem<br>Pasta z jaj ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Herbata                       | Kasza jęczmienna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z jaj ( <u>JAJ. MLE.</u> )<br>Sałata<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Herbata<br>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> )<br>Kopytka ( <u>GLU PSZ. JAJ.</u> )<br>Sos pieczarkowy ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.</u> )<br>Surówka z marchwi i chrzanu I ( <u>MLE.</u> )<br>Kompot s                        | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryba miruna na parze ( <u>RYB. MLE.</u> )<br>Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bukiet<br>warzyw(kalafior, brokuł, marchew) III<br>Ziemniaki<br>Kompot s     | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami III ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryba miruna na parze ( <u>RYB. MLE.</u> )<br>Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bukiet<br>warzyw(kalafior, brokuł, marchew) III<br>Ziemniaki<br>Kompot s              | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami III ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryba miruna na parze ( <u>RYB. MLE.</u> )<br>Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bukiet<br>warzyw(kalafior, brokuł, marchew) III<br>Surówka z białej kapusty I<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryba miruna na parze ( <u>RYB. MLE.</u> )<br>Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bukiet<br>warzyw(kalafior, brokuł, marchew) III<br>Surówka z kapusty białej b/c<br>Kasza jęczmienna ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Kompot b/c | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryba miruna na parze ( <u>RYB. MLE.</u> )<br>Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bukiet<br>warzyw(kalafior, brokuł, marchew) III<br>Ziemniaki<br>Kompot s     | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Makaron z serem i musem owocowym II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Kompot s                                                                  | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryba miruna na parze ( <u>RYB. MLE.</u> )<br>Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bukiet<br>warzyw(kalafior, brokuł, marchew) III<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa kalafiorowa II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryba miruna na parze ( <u>RYB. MLE.</u> )<br>Sos koperkowy ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bukiet<br>warzyw(kalafior, brokuł, marchew) III<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u> )<br>Ryba miruna na parze ( <u>RYB. MLE.</u> )<br>Bukiet<br>warzyw(kalafior, brokuł, marchew) III<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                                       |
|                   | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Serek Homogenizowany ( <u>MLE.</u> )                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                      | Chrupki kukurydziane                                                                                                                                                                                                                                |
|                   | Kolacja   | Chleb graham .<br>Chleb pszenno - żytni. ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica drobiowa. ( <u>GOR. SOJ. SO2.</u> )<br>Serek topiony ( <u>MLE.</u> )<br>Sałata<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Herbata                | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka gotowana.<br>Sałata<br>Banan<br>Herbata                                                                                                 | Banan<br>Kisiel z/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło III ( <u>MLE.</u> )<br>Miód naturalny por ( <u>MI.</u> )<br>Szynka gotowana.<br>Sałata<br>Herbata                                                              | Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka gotowana b<br>Pomidor c ( <u>POM.</u> )<br>Ogórek świeży .<br>Sałata<br>Herbata                                                                                                                              | Chleb graham .<br>Chleb razowy.<br>Masło p ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka gotowana c<br>Ogórek świeży .<br>Sałata<br>Herbata b/c                                                                                                                                                                          | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka gotowana c<br>Sałata<br>Banan<br>Herbata                                                                                                | Kisiel z/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Serek kanapkowy w plastrach ( <u>MLE b/LAK.</u> )<br>Dżem<br>Szynka gotowana.<br>Sałata<br>Banan<br>Herbata | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Serek kanapkowy w plastrach ( <u>MLE b/LAK.</u> )<br>Surówka z białej kapusty I<br>Banan<br>Herbata                                        | Kasza manna na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliny ( <u>MLE.</u> )<br>Banan<br>Herbata                    | Sałata<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka gotowana.<br>Jabłka<br>Herbata                                                                                                |
|                   | PN        | Serek wiejski lekki ( <u>MLE b/LAK.</u> )                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                             | Serek wiejski lekki ( <u>MLE b/LAK.</u> )<br>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;<br>B: 100.70 g; T: 64.27 g;<br>W: 347.08 g; : 5.14 g;<br>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;<br>B: 73.02 g; T: 72.52 g;<br>W: 277.94 g; : 3.11 g;<br>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;<br>B: 66.14 g; T: 50.84 g;<br>W: 310.36 g; : 3.59 g;<br>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;<br>B: 77.01 g; T: 76.16 g;<br>W: 289.43 g; : 3.45 g;<br>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;<br>B: 78.00 g; T: 75.25 g;<br>W: 263.66 g; : 5.11 g;<br>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;<br>B: 95.72 g; T: 84.86 g;<br>W: 314.44 g; : 3.68 g;<br>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;<br>B: 47.30 g; T: 47.16 g;<br>W: 334.87 g; : 2.47 g;<br>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;<br>B: 62.59 g; T: 78.55 g;<br>W: 318.71 g; : 2.04 g;<br>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;<br>B: 83.05 g; T: 74.71 g;<br>W: 296.38 g; : 4.36 g;<br>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;<br>B: 72.01 g; T: 73.34 g;<br>W: 264.66 g; : 3.06 g;<br>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                                                                                                                                                                                                              |                                |
|-------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| 2026-09-19 sobota | Śniadanie | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Chleb razowy.<br>Chleb pszenno - żytni. ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi indyka<br>Sałata<br>Jabłka<br>Kawa zbożowa na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi indyka<br>Sałata<br>Jabłka<br>Kawa zbożowa na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Szynka z piersi indyka b<br>Banan<br>Sałata<br>Kawa zbożowa na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )       | Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi indyka<br>Surówka z kapusty pekińskiej<br>Sałata<br>Jabłka<br>Jogurt naturalny ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata                                                                                 | Chleb orkiszowy ( <u>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JĘCZ.</u> )<br>Chleb graham .<br>Masło p ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi indyka c<br>Papryka świeża.<br>Sałata<br>Herbata b/c                                                                                     | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi indyka b<br>Sałata<br>Kawa zbożowa na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) | Kleik z kaszy mannej z żółtkiem i miodem ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. MI.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Jabłka<br>Herbata | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Jajko gotowane ( <u>JAJ.</u> )<br>Sałata<br>Jabłka<br>Kawa zbożowa na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Pasta z wędliny II ( <u>MLE.</u> )<br>Kawa zbożowa na mleku ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> ) | Makaron na mleku ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE.</u> )<br>Szynka z piersi indyka<br>Sałata<br>Jabłka<br>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> )<br>Stek wieprzowy ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.</u> )<br>Surówka wielowarzywna ( <u>SEL.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                          | Zupa pomidorowa z ryżem II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Pulpety gotowane w sosie II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                      | Zupa pomidorowa z ryżem III ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Pulpety gotowane w sosie II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane III ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot z jabłek s | Zupa pomidorowa z ryżem II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Pulpety gotowane w sosie II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s | Zupa pomidorowa z ryżem III ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Pulpety gotowane w sosie II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u> )<br>Surówka z selera i jabłka b/c ( <u>MLE. SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot b/c | Zupa pomidorowa z ryżem II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Pulpety gotowane w sosie II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s                              | Zupa pomidorowa z ryżem II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Knedle z owocami ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Kompot s                                                                          | Zupa pomidorowa z ryżem II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Pulpety gotowane w sosie II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Ziemniaki<br>Kompot s                                                      | Zupa pomidorowa z ryżem II ( <u>GLU PSZ. MLE. SEL. POM.</u> )<br>Pulpety gotowane w sosie II ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL.</u> )<br>Buraczki gotowane ( <u>GLU PSZ. MLE.</u> )<br>Ziemniaki 08<br>Kompot z jabłek s                  |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
|                   | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jabłka                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                             | Herbatniki ( <u>GLU PSZ. SOJ.</u> )                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                |
|                   | Kolacja   | Chleb pszenno - żytni ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Sałata<br>Herbata                                                                                        | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Ser twarogowy 09 ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Herbata                                                                         | Jabłka<br>Kisiel b/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło III ( <u>MLE.</u> )<br>Ser twarogowy 09 ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Herbata                           | Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Ser twarogowy ( <u>MLE.</u> )<br>Dżem<br>Ogórek świeży .<br>Banan<br>Surówka z ogórka kiszzonego i kapusty ( <u>GOR. SOJ. SO2.</u> )<br>Herbata                                                           | Chleb o niskim IG ( <u>GLU PSZ.</u> )<br>Chleb razowy.<br>Masło p ( <u>MLE.</u> )<br>Poledwica drobiowa c ( <u>GOR. SOJ. SO2.</u> )<br>Ogórek świeży .<br>Sałata<br>Herbata b/c                                                                                 | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Ser twarogowy 09 ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Banan<br>Herbata                                                        | Banan<br>Kisiel b/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor c ( <u>POM.</u> )<br>Herbata                                             | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Ser żółty ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Sałata<br>Herbata                                                                                      | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło (82% tł.) ( <u>MLE.</u> )<br>Ser twarogowy ( <u>MLE.</u> )<br>Herbata                                                                                               | Bułka wrocławska pszenna ( <u>GLU PSZ. JAJ. MLE.</u> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <u>MLE.</u> )<br>Ser twarogowy ( <u>MLE.</u> )<br>Pomidor ( <u>POM.</u> )<br>Herbata                                                                            |                                |
|                   | PN        | Miód naturalny por ( <u>MI.</u> )<br>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> )<br>Miód naturalny por ( <u>MI.</u> )                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                             | Pieczywo chrupkie ( <u>GLU PSZ.</u> )                                                                                                                                                                                               | Kisiel b/c                                                                                                                                                                                                                                          | Sok owocowy kartonik ze słomką |
|                   |           | W.Ener: 2420.00 kcal;<br>B: 89.97 g; T: 83.43 g;<br>W: 331.06 g; : 5.21 g;<br>Kw.tł.nasy.: 44.57 g; Bł.: 33.55 g; Sód: 2090.58 mg; W tym cukry.: 83.62 g;                                                                                                  | W.Ener: 2195.88 kcal;<br>B: 91.68 g; T: 70.52 g;<br>W: 300.29 g; : 3.24 g;<br>Kw.tł.nasy.: 40.10 g; Bł.: 29.88 g; Sód: 1297.23 mg; W tym cukry.: 95.46 g;                                                                                   | W.Ener: 2208.82 kcal;<br>B: 95.47 g; T: 45.38 g;<br>W: 358.65 g; : 3.47 g;<br>Kw.tł.nasy.: 23.15 g; Bł.: 34.48 g; Sód: 1390.76 mg; W tym cukry.: 140.55 g;                                                      | W.Ener: 2125.91 kcal;<br>B: 83.30 g; T: 62.30 g;<br>W: 320.94 g; : 5.38 g;<br>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;<br>B: 101.34 g; T: 70.57 g;<br>W: 284.51 g; : 4.92 g;<br>Kw.tł.nasy.: 31.09 g; Bł.: 53.24 g; Sód: 1983.73 mg; W tym cukry.: 58.33 g;                                                                                                      | W.Ener: 2511.77 kcal;<br>B: 99.29 g; T: 74.64 g;<br>W: 364.10 g; : 3.57 g;<br>Kw.tł.nasy.: 42.53 g; Bł.: 32.94 g; Sód: 1426.63 mg; W tym cukry.: 134.23 g;                                                                          | W.Ener: 2352.45 kcal;<br>B: 41.72 g; T: 95.07 g;<br>W: 332.01 g; : 3.25 g;<br>Kw.tł.nasy.: 56.00 g; Bł.: 23.18 g; Sód: 1315.55 mg; W tym cukry.: 103.48 g;                                           | W.Ener: 2281.90 kcal;<br>B: 67.19 g; T: 101.89 g;<br>W: 271.63 g; : 4.73 g;<br>Kw.tł.nasy.: 59.31 g; Bł.: 20.03 g; Sód: 1897.91 mg; W tym cukry.: 100.07 g;                                                                                                 | W.Ener: 2058.93 kcal;<br>B: 87.07 g; T: 77.32 g;<br>W: 265.82 g; : 3.41 g;<br>Kw.tł.nasy.: 45.05 g; Bł.: 25.13 g; Sód: 1364.34 mg; W tym cukry.: 78.14 g;                                                                           | W.Ener: 2187.58 kcal;<br>B: 91.41 g; T: 67.90 g;<br>W: 315.77 g; : 3.53 g;<br>Kw.tł.nasy.: 36.48 g; Bł.: 27.45 g; Sód: 1411.46 mg; W tym cukry.: 112.42 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                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2026-09-20 niedziela | Śniadanie | Jogurt owocowy z owsianką ( <b>MLE b/LAK.</b> )<br>Bułka kajzerka ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Chleb razowy.<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Ser twarogowy ( <b>MLE.</b> )<br>Dżem<br>Banan<br>Kakao na mleku ( <b>MLE. KOK.</b> )                            | Jogurt owocowy z owsianką ( <b>MLE b/LAK.</b> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Serek twarogowy śmiet 1p-16g ( <b>MLE b/LAK.</b> )<br>Szynka soltysówka<br>Sałata<br>Banan d<br>Kakao na mleku ( <b>MLE. KOK.</b> ) | Jogurt owocowy z owsianką ( <b>MLE b/LAK.</b> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło III ( <b>MLE.</b> )<br>Serek twarogowy śmiet 1p-16g ( <b>MLE b/LAK.</b> )<br>Szynka soltysówka<br>Sałata<br>Herbata    | Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Ser twarogowy ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka soltysówka c<br>Surówka wielowarzywna ( <b>SEL.</b> )<br>Banan<br>Sałata<br>Herbata                                                                                  | Chleb pełnoziarnisty ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU OW.</b> )<br>Chleb graham .<br>Masło p ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka soltysówka c<br>Serek twar Almette 1p-30g ( <b>MLE b/LAK.</b> )<br>Papryka świeża.<br>Sałata<br>Jabłka<br>Kakao na mleku b/c ( <b>MLE. KOK.</b> ) | Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Banan d<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Szynka soltysówka c<br>Serek twarogowy śmiet 1p-16g ( <b>MLE b/LAK.</b> )<br>Sałata<br>Kakao na mleku b/c ( <b>MLE. KOK.</b> ) | Kleik z kaszy mannej ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Ser twarogowy 09 ( <b>MLE.</b> )<br>Papryka świeża<br>Banan<br>Herbata     | Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Ser twarogowy 09 ( <b>MLE.</b> )<br>Papryka świeża<br>Banan<br>Herbata               | Kasza kukurydziana na mleku ( <b>MLE.</b> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Ser twarogowy ( <b>MLE. KOK.</b> )<br>Kakao na mleku ( <b>MLE. KOK.</b> )<br>Serek twarogowy śmiet 1p-16g ( <b>MLE b/LAK.</b> )<br>Szynka soltysówka<br>Kakao na mleku ( <b>MLE. KOK.</b> )<br>Sałata | Kasza mleczna z owocami- wypasiona ( <b>GLU PSZ. MLE b/LAK.</b> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <b>MLE.</b> )<br>Serek twarogowy śmiet 1p-16g ( <b>MLE b/LAK.</b> )<br>Szynka soltysówka<br>Kakao na mleku ( <b>MLE. KOK.</b> )<br>Sałata |
|                      | II ŚN     |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                 | Jogurt naturalny ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                                   | Jogurt owocowy ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Banan                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                      | Obiad     | Zupa szczawiowa z ziemniakami I ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.</b> )<br>Filet drobiowy panierowany I ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE. SEL. GOR. SOJ. ORZ.</b> )<br>Surówka z selera i marchwi I ( <b>MLE. SEL.</b> )<br>Kasza jęczmienna ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kompot s | Zupa jarzynowa II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Marchew gotowana ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Ryż na sypko ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Kompot s                                                        | Zupa jarzynowa III ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Marchew gotowana III ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Ryż na sypko III ( <b>GLU PSZ.</b> )<br>Kompot z jabłek s | Zupa jarzynowa II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Ryż brązowy na sypko ( <b>MLE.</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej<br>Surówka z marchwi i chrzanu I ( <b>MLE.</b> )<br>Kompot s | Zupa jarzynowa III ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Surówka wielowarzywna ( <b>SEL.</b> )<br>Ryż brązowy na sypko ( <b>MLE.</b> )<br>Kompot b/c                                         | Zupa jarzynowa II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Marchew gotowana III ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Ryż na sypko ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Kompot s       | Zupa jarzynowa II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Kopytka w sosie pieczarkowym ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej<br>Kompot z jabłek s<br>Surówka z marchwi i chrzanu I ( <b>MLE.</b> ) | Zupa jarzynowa II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Ryż z truskawkami ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Kompot s                                                                         | Zupa jarzynowa II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Marchew gotowana III ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Ryż na sypko ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Kompot s                                                                                                                  | Zupa jarzynowa II ( <b>GLU PSZ. MLE. SEL.</b> )<br>Roladka drobiowa ze szpinakiem w sosie własnym ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Marchew gotowana III ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Ryż na sypko ( <b>GLU PSZ. MLE.</b> )<br>Kompot z jabłek s                                                          |
|                      | PD        |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                    | Biskvity . ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> )                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Biskvity ( <b>GLU PSZ. JAJ.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 2026-09-20 niedziela | Kolacja   | Chleb graham .<br>Chleb pszenno - żytni. ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Kiełbasa dębowa-drobiowa<br>Sałata<br>Herbata<br>Jabłka                                                                                                    | Sałata<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Kiełbasa dębowa-drobiowa<br>Pomidor ( <b>POM.</b> )<br>Herbata<br>Jabłka                                                                                                     | Obiadek -mus<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło III ( <b>MLE.</b> )<br>Ser twarogowy ( <b>MLE.</b> )<br>Kiełbasa dębowa-drobiowa<br>Pomidor ( <b>POM.</b> )<br>Herbata<br>Jabłka                          | Chleb razowy<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Kiełbasa dębowa-drobiowa<br>Surówka z czerwonej kapusty<br>Pomidor c ( <b>POM.</b> )<br>Herbata                                                                                                              | Kisiel b/c<br>Chleb orkiszowy ( <b>GLU PSZ. GLU ŻYT. GLU JECZ.</b> )<br>Chleb graham .<br>Masło p ( <b>MLE.</b> )<br>Kiełbasa dębowa-drobiowa c<br>Pomidor c ( <b>POM.</b> )<br>Sałata<br>Herbata b/c                                                              | Ser twarogowy ( <b>MLE.</b> )<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Kiełbasa dębowa-drobiowa c<br>Pomidor ( <b>POM.</b> )<br>Herbata                                         | Kisiel b/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Miód naturalny ( <b>MI.</b> )<br>Sałatka jarzynowa III ( <b>JAJ. MLE. SEL.</b> )<br>Herbata              | Kisiel b/c<br>Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło (82% tł.) ( <b>MLE.</b> )<br>Jajko gotowane ( <b>JAJ.</b> )<br>Pomidor c ( <b>POM.</b> )<br>Herbata | Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Pasta z wędliny II ( <b>MLE.</b> )<br>Herbata<br>Jabłko pieczone                                                                                                                                                                                                                        | Bułka wrocławska pszenna ( <b>GLU PSZ. JAJ. MLE.</b> )<br>Masło ( 82 % tł) II s/p ( <b>MLE.</b> )<br>Kiełbasa dębowa-drobiowa<br>Pomidor ( <b>POM.</b> )<br>Sałata<br>Herbata                                                                                                                      |
|                      | PN        | Sok pomidorowy ( <b>POM.</b> )                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                 | Bułka grahamka z wędliną ( <b>MLE.</b> )                                                                                                                                                                                                                           | Sok pomidorowy ( <b>POM.</b> )                                                                                                                                                                                                         | Wafle ryżowe.<br>Sok warzywny                                                                                                                                                                                       | Wafle ryżowe.<br>Sok pomidorowy ( <b>POM.</b> )                                                                                                                                   | Sok pomidorowy ( <b>POM.</b> )                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Mus owocowo-warzywny                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                      |           | W.Ener: 2222.85 kcal;<br>B: 87.70 g; T: 55.12 g;<br>W: 344.22 g; : 4.08 g;<br>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;<br>B: 84.11 g; T: 63.29 g;<br>W: 290.77 g; : 3.59 g;<br>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;<br>B: 96.52 g; T: 48.08 g;<br>W: 324.06 g; : 3.67 g;<br>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;<br>B: 94.59 g; T: 57.96 g;<br>W: 279.43 g; : 4.38 g;<br>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;<br>B: 100.06 g; T: 71.85 g;<br>W: 289.25 g; : 5.03 g;<br>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;<br>B: 102.20 g; T: 64.58 g;<br>W: 282.72 g; : 4.33 g;<br>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;<br>B: 48.76 g; T: 44.52 g;<br>W: 372.39 g; : 3.35 g;<br>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;<br>B: 65.13 g; T: 60.04 g;<br>W: 277.46 g; : 1.61 g;<br>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;<br>B: 92.28 g; T: 60.44 g;<br>W: 277.02 g; : 3.11 g;<br>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;<br>B: 82.48 g; T: 58.84 g;<br>W: 305.03 g; : 3.56 g;<br>Kw.tł.nasy.: 34.41 g; Bł: 29.80 g; Sód: 1427.73 mg; W tym cukry: 85.24 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: ,