

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-02-12 poniedziałek	01. Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> ) Chleb razowy . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Parówka na gorąco 1 szt Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa ogórkowa I 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Ryba w sosie greckim I 250 g ( <b>GLUPSZ, RYB, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,</b> ) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj I 60 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ) Sałata 10 g Ogórek konserwowy 50 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Kefir 150 g ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 360,00 B: [g] 90,60 T: [g] 91,80 W: [g] 310,10 Sól [g] 6,00 Kw.tł.nasy. [g] 41,00 Bł: [g] 34,70 Sód: [mg] 2 437,60 W tym cukry: [g] 119,30
	02. Dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Parówka na gorąco 1 szt Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa szpinakowa II 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL,</b> ) Pierogi leniwe z musem owocowym II 280 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Ryba w galarecie 130 g ( <b>RYB,</b> ) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Kefir 150 g ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 308,00 B: [g] 102,00 T: [g] 83,80 W: [g] 301,70 Sól [g] 5,20 Kw.tł.nasy. [g] 40,30 Bł: [g] 30,80 Sód: [mg] 2 105,60 W tym cukry: [g] 91,70
2024-02-13 wtorek	01. Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb razowy . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Poledwica drobiowa 40 g ( <b>GOR, SOJ, SO2,</b> ) Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa fasolowa I 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Klopsiki w sosie własnym 110 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Buraczki z cebulą I 150 g Kasza gryczana 180 g Kompot s 200 ml	Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Sałatka jarzynowa I 80 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, SO2, ORZ,</b> ) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Banan 180 g	W.Ener: [kcal] 2 471,90 B: [g] 98,40 T: [g] 71,90 W: [g] 382,00 Sól [g] 4,80 Kw.tł.nasy. [g] 28,30 Bł: [g] 49,30 Sód: [mg] 1 966,80 W tym cukry: [g] 125,80
	02. Dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szyunka biała 40 g Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa owsiankowa II 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL,</b> ) Galantyna drobiowa II 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Bukiet warzyw (brokuł, kalafior, marchew) 150 g ( <b>MLE,</b> ) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Sałata 10 g Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Serek Homogenizowany 1 szt ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 497,90 B: [g] 103,20 T: [g] 96,40 W: [g] 319,10 Sól [g] 4,70 Kw.tł.nasy. [g] 48,40 Bł: [g] 33,50 Sód: [mg] 1 890,60 W tym cukry: [g] 137,20
2024-02-14 środa	01. Dieta podstawowa	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> ) Chleb razowy . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Miód naturalny por 1 szt ( <b>MI,</b> ) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa jarzynowa I 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, SO2, ORZ,</b> ) Makaron z serem i musem owocowym II 300 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Kompot s 200 ml	Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Ryba w galarecie 130 g ( <b>RYB,</b> ) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 127,40 B: [g] 83,90 T: [g] 58,70 W: [g] 329,10 Sól [g] 3,30 Kw.tł.nasy. [g] 34,20 Bł: [g] 25,70 Sód: [mg] 1 352,80 W tym cukry: [g] 92,50

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-02-14 środa	02. Dieta latwostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż z jabłkiem 300 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Ryba w galarecie 130 g ( <b>RYB,</b> ) Sałata 0 g Herbata 200 ml	Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 119,00 B: [g] 75,90 T: [g] 51,80 W: [g] 350,30 Sól [g] 3,70 Kw.tł.nasy. [g] 30,10 Bł: [g] 25,90 Sód: [mg] 1 538,00 W tym cukry: [g] 159,00
	01. Dieta podstawowa	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Chleb razowy . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Galarotka z kurczaka I 130 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem I 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Bitki wieprzowe w sosie I 110 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Surówka z czerwonej kapusty 150 g Ryż na sypko 180 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kompot s 200 ml	Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Baleron 40 g Sałata 10 g Papryka świeża 50 g Herbata 200 ml	Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 111,50 B: [g] 95,80 T: [g] 66,90 W: [g] 296,20 Sól [g] 5,00 Kw.tł.nasy. [g] 35,30 Bł: [g] 29,10 Sód: [mg] 2 006,30 W tym cukry: [g] 88,80
2024-02-15 czwartek	02. Dieta latwostrawna	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka biała 40 g Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa ryżowa II 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Schab gotowany w sosie II 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka konserwowa z indyka 40 g Sałatka jarzynowa II 80 g ( <b>JAJ, MLE, SEL,</b> ) Herbata 200 ml	Bułka wrocławska pszenna. 40 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Miód naturalny por 1 szt ( <b>MI,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 174,80 B: [g] 82,30 T: [g] 73,00 W: [g] 315,10 Sól [g] 5,20 Kw.tł.nasy. [g] 36,80 Bł: [g] 36,10 Sód: [mg] 2 063,00 W tym cukry: [g] 89,70
	01. Dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb razowy . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Paszetowa drobiowa 70 g Ogórek konserwowy 50 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa barszcz ukraiński I 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Kotlety z jaj I 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Marchewka gotowana I 150 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata 10 g Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek topiony 25 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Banan 180 g Herbata 200 ml	Pieczywo chrupkie 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Dżem 25 g	W.Ener: [kcal] 2 443,40 B: [g] 80,30 T: [g] 86,90 W: [g] 343,50 Sól [g] 5,70 Kw.tł.nasy. [g] 38,60 Bł: [g] 42,00 Sód: [mg] 2 275,10 W tym cukry: [g] 128,90
2024-02-16 piątek	02. Dieta latwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica drobiowa 40 g ( <b>GOR, SOJ, SO2,</b> ) Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa jarzynowa II 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron z serem i musem owocowym II 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g Szynka drobiowa 40 g Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 094,00 B: [g] 70,70 T: [g] 63,50 W: [g] 321,90 Sól [g] 4,70 Kw.tł.nasy. [g] 35,50 Bł: [g] 23,40 Sód: [mg] 1 910,90 W tym cukry: [g] 123,40

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-02-17 sobota	01. Dieta podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> ) Chleb razowy . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Poledwica drobiowa 40 g ( <b>GOR, SOJ, SO2,</b> ) Sałata 10 g Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Herbata 200 ml	Zupa zacierkowa I 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Kotlet schabowy 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Surówka z kiszonej kapusty 150 g Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Chleb pszenno - żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg z rzodkiewką 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Sok warzywny 1 szt	W.Ener: [kcal] 2 004,80 B: [g] 92,10 T: [g] 54,40 W: [g] 302,30 Sól [g] 5,00 Kw.tł.nasy. [g] 29,60 Bł: [g] 29,80 Sód: [mg] 1 983,00 W tym cukry: [g] 74,30
	02. Dieta łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLUPSZ, MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka biała 40 g Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem II 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, POM,</b> ) Budyń mięsny 110 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Sałata 10 g Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Herbata 200 ml	Pieczewo chrupkie 30 g ( <b>GLUPSZ,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 105,60 B: [g] 85,80 T: [g] 83,10 W: [g] 254,90 Sól [g] 4,20 Kw.tł.nasy. [g] 42,70 Bł: [g] 27,90 Sód: [mg] 1 667,50 W tym cukry: [g] 91,30
2024-02-18 niedziela	01. Dieta podstawowa	Bułka kajzerka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb razowy . 50 g Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka konserwowa z indyka 40 g Sałata 10 g Ogórek świeży 50 g Jabłka 150 g Kakao na mleku 200 ml ( <b>MLE, KOK,</b> )	Rosół z makaronem 350 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Udka pieczone I 120 g Bukiet warzyw ( brokuł, kalafior, marchew) 150 g ( <b>MLE,</b> ) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka biała 40 g Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Banan 180 g Herbata 200 ml	Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 133,40 B: [g] 102,80 T: [g] 77,10 W: [g] 270,30 Sól [g] 4,60 Kw.tł.nasy. [g] 36,40 Bł: [g] 26,60 Sód: [mg] 1 852,50 W tym cukry: [g] 104,10
	02. Dieta łatwostrawna	Jogurt owocowy 150 g ( <b>MLE,</b> ) Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Miód naturalny 1 szt ( <b>MI,</b> ) Szynka mozaikowa 40 g Sałata 10 g Banan d 120 g Kakao na mleku 200 ml ( <b>MLE, KOK,</b> )	Zupa zacierkowa II 300 ml ( <b>GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Filet drobiowy z warzywami 110 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż na sypko 180 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Twaróg z mlekiem 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Sok pomidorowy 1 szt ( <b>POM,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 049,90 B: [g] 87,90 T: [g] 56,80 W: [g] 291,90 Sól [g] 3,80 Kw.tł.nasy. [g] 32,60 Bł: [g] 27,30 Sód: [mg] 1 539,10 W tym cukry: [g] 94,60

### **Oznaczenia alergenów:**

*GLU PSZ - Zboża zawierające gluten  
pszenny,  
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,*