

| | | 1 | 3 | 5 | 6 | 7 |
|-------------------------|------------------------|--|---|---|---|---|
| | | Śniadanie | Obiad | Kolacja | PN | SUMA |
| 2024-09-23 poniedziałek | 01. Dieta podstawowa | <p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy. 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet drobiowy p 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pomidor 50 g (<u>POM,</u>) Jabłka 150 g Herbata 200 ml</p> | <p>Zupa ogórkowa I 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Ryba w sosie greckim I 250 g (<u>GLU PSZ, RYB, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,</u>) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml</p> | <p>Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj I 60 g (<u>JAJ, MLE, GOR,</u>) Salata 10 g Ogórek konserwowy 50 g Banan 180 g Herbata 200 ml</p> | <p>Serek Homogenizowany 1 szt (<u>MLE,</u>)</p> | <p>W.Ener: [kcal] 2 312,1 B: [g] 96 T: [g] 77,1 W: [g] 324 Sól [g] 4,7 Kw.tł.nasy. [g] 34,1 Bł: [g] 34,8 Sód: [mg] 1 897,6 W tym cukry: [g] 130,6</p> |
| | 02. Dieta łatwostrawna | <p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Parówka na gorąco 1 szt Pomidor 50 g (<u>POM,</u>) Jabłka 150 g Herbata 200 ml</p> | <p>Zupa szpinakowa II 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pierogi leniwe z musem owocowym II 280 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Kompot s 200 ml</p> | <p>Bułka wrocławska pszenna 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Ryba w galarecie 130 g (<u>RYB,</u>) Salata 10 g Herbata 200 ml</p> | <p>Serek Homogenizowany 1 szt (<u>MLE,</u>)</p> | <p>W.Ener: [kcal] 2 425,1 B: [g] 113,1 T: [g] 89,8 W: [g] 304,4 Sól [g] 3,8 Kw.tł.nasy. [g] 43 Bł: [g] 30,8 Sód: [mg] 1 556,2 W tym cukry: [g] 95,1</p> |
| 2024-09-24 wtorek | 01. Dieta podstawowa | <p>Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb razowy. 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g (<u>POM,</u>) Połędwica drobiowa 40 g (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Salata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml</p> | <p>Zupa fasolowa I 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Klopsiki w sosie własnym 110 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Buraczki z cebulą I 150 g Kasza gryczana 180 g Kompot s 200 ml</p> | <p>Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Salatka jarzynowa I 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, SO2, ORZ,</u>) Salata 10 g Herbata 200 ml</p> | <p>Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>)</p> | <p>W.Ener: [kcal] 2 290,8 B: [g] 100,4 T: [g] 73,1 W: [g] 330,6 Sól [g] 4,9 Kw.tł.nasy. [g] 29,2 Bł: [g] 46,4 Sód: [mg] 1 960,5 W tym cukry: [g] 82,8</p> |
| | 02. Dieta łatwostrawna | <p>Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka biała 40 g Salata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml</p> | <p>Zupa owsiankowa II 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Galantyna drobiowa II 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) 150 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml</p> | <p>Bułka wrocławska pszenna 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 50 g (<u>POM,</u>) Salata 10 g Herbata 200 ml</p> | <p>Serek Ziarnisty 1 szt (<u>MLE,</u>)</p> | <p>W.Ener: [kcal] 2 258,4 B: [g] 104,9 T: [g] 93,3 W: [g] 265,2 Sól [g] 4,8 Kw.tł.nasy. [g] 47,7 Bł: [g] 30,5 Sód: [mg] 1 940,4 W tym cukry: [g] 87,2</p> |
| 2024-09-25 środa | 01. Dieta podstawowa | <p>Ryż na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy. 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Papryka konserwowa 40 g Salata 10 g Kakao na mleku 200 ml (<u>MLE, KOK,</u>)</p> | <p>Zupa krupnik 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Kotlet drobiowy mielony I 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Mizeria I 150 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml</p> | <p>Chleb pszenno - żytni 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane 50 g (<u>JAJ,</u>) Pomidor 50 g (<u>POM,</u>) Herbata 200 ml</p> | <p>Wafle ryżowe. 10 g</p> | <p>W.Ener: [kcal] 2 158 B: [g] 97,8 T: [g] 79,5 W: [g] 266 Sól [g] 5,2 Kw.tł.nasy. [g] 39,7 Bł: [g] 22,6 Sód: [mg] 2 044,6 W tym cukry: [g] 59,4</p> |

| | | | | | | |
|---------------------|------------------------|---|---|--|---|--|
| 2024-09-25 środa | 02. Dieta łatwostrawna | Ryż na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Ser twarogowy 80 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g Jabłka 150 g Kakao na mleku 200 ml (<u>MLE, KOK,</u>) | Zupa ziemniaczana z pomidorami II 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, POM,</u>) Pulpety gotowane w sosie II 110 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Buraczki gotowane 130 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kasza jęczmienna 180 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot s 200 ml | Bułka wrocławska pszenna 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Kiełbasa szynkowa 40 g Pomidor 50 g (<u>POM,</u>) Sałata 10 g Herbata 200 ml | Wafle ryżowe. 10 g | W.Ener: [kcal] 2 192,1 B: [g] 91,8 T: [g] 78,4 W: [g] 286,6 Kw.tł.nasy. [g] 43,9 Bł: [g] 30,2 Sód: [mg] 1 381,5 W tym cukry: [g] 88,1 |
| | 01. Dieta podstawowa | Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy. 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g Galaretkę z kurczaka I 130 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml | Zupa ziemniaczana z koperkiem I 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Bitki wieprzowe w sosie I 110 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Pomidor z cebulą I 150 g (<u>POM,</u>) Ryż na sypko 180 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kompot s 200 ml | Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Baleron 40 g Sałata 10 g Papryka świeża 50 g Herbata 200 ml | Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna. 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) | W.Ener: [kcal] 2 081,5 B: [g] 95,6 T: [g] 67,3 W: [g] 287 Sól [g] 5 Kw.tł.nasy. [g] 35,4 Bł: [g] 26,5 Sód: [mg] 2 022,1 W tym cukry: [g] 65 |
| 2024-09-26 czwartek | 02. Dieta łatwostrawna | Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka biała 40 g Sałata 10 g Pomidor 50 g (<u>POM,</u>) Jabłka 150 g Herbata 200 ml | Zupa ryżowa II 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Schab gotowany w sosie II 100 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Marchew gotowana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml | Bułka wrocławska pszenna 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka konserwowa z indyka 40 g Jajko gotowane 50 g (<u>JAJ,</u>) Herbata 200 ml Sałata 10 g | Bułka wrocławska pszenna. 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Miód naturalny por 1 szt (<u>MI,</u>) | W.Ener: [kcal] 2 040,6 B: [g] 89,5 T: [g] 72,4 W: [g] 273,1 Sól [g] 4,1 Kw.tł.nasy. [g] 38,6 Bł: [g] 30,5 Sód: [mg] 1 652,4 W tym cukry: [g] 66,2 |
| | 01. Dieta podstawowa | Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy. 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Pasztetowa drobiowa 70 g Ogórek konserwowy 50 g Banan 180 g Herbata 200 ml | Zupa barszcz ukraiński I 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Kotlety z jaj I 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Marchewka gotowana I 150 g (<u>MLE,</u>) Sałata 10 g Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml | Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Serek topiony 25 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g (<u>POM,</u>) Jabłka 150 g Herbata 200 ml | Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>) | W.Ener: [kcal] 2 395,8 B: [g] 85,8 T: [g] 89,7 W: [g] 332,1 Sól [g] 5,7 Kw.tł.nasy. [g] 40,4 Bł: [g] 41,3 Sód: [mg] 2 303,5 W tym cukry: [g] 123,7 |
| 2024-09-27 piątek | 02. Dieta łatwostrawna | Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Połędwica drobiowa 40 g (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml | Zupa jarzynowa II 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron z serem i musem owocowym II 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Kompot s 200 ml | Bułka wrocławska pszenna 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g Szynka drobiowa 40 g Sałata 10 g Pomidor 50 g (<u>POM,</u>) Jabłka 150 g Herbata 200 ml | Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>) Pieczywo chrupkie 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) | W.Ener: [kcal] 2 114 B: [g] 72,3 T: [g] 63,8 W: [g] 312,7 Sól [g] 3,7 Kw.tł.nasy. [g] 35,5 Bł: [g] 25 Sód: [mg] 1 526,9 W tym cukry: [g] 113,4 |
| | 01. Dieta podstawowa | Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb razowy. 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Połędwica drobiowa 40 g (<u>GOR, SOJ, SO2,</u>) Pomidor 50 g (<u>POM,</u>) Sałata 10 g Herbata 200 ml | Zupa zacierkowa I 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Kotlet schabowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Mizeria I 150 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml | Chleb pszenno - żytni 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg z rzodkiewką 100 g (<u>MLE,</u>) Banan 180 g Herbata 200 ml | Sok warzywny 1 szt | W.Ener: [kcal] 2 058,7 B: [g] 92,5 T: [g] 55 W: [g] 312,8 Sól [g] 4,2 Kw.tł.nasy. [g] 30,2 Bł: [g] 26,3 Sód: [mg] 1 674,8 W tym cukry: [g] 83,7 |

| | | | | | | |
|------------------------|------------------------|---|---|--|--|---|
| 2024-09-28 sobota | 02. Dieta łatwostrawna | Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Szyńka biała 40 g Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml | Zupa pomidorowa z makaronem II 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, POM,</u>) Budyń mięsny 110 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Buraczki gotowane 150 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml | Salata 10 g Bułka wrocławska pszenna 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z jaj 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Pomidor 50 g (<u>POM,</u>) Herbata 200 ml | Pieczywo chrupkie 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) | W.Ener: [kcal] 2 047,6 B: [g] 85,8 T: [g] 83,1 W: [g] 240,6 Sól [g] 3,6 Kw.tł.nasy. [g] 42,7 Bł: [g] 27,9 Sód: [mg] 1 395,5 W tym cukry: [g] 76,8 |
| | 2024-09-29 niedziela | 01. Dieta podstawowa | Bułka kajzerka 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb razowy 50 g Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane 50 g (<u>JAJ,</u>) Szyńka konserwowa z indyka 40 g Sałata 10 g Ogórek świeży 50 g Kakao na mleku 200 ml (<u>MLE, KOK,</u>) | Rosół z makaronem 350 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</u>) Udka pieczone I 120 g Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) 150 g (<u>MLE,</u>) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml | Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Szyńka biała 40 g Pomidor 50 g (<u>POM,</u>) Banan 180 g Herbata 200 ml | Jogurt naturalny 150 g (<u>MLE,</u>) |
| 02. Dieta łatwostrawna | | Jogurt owocowy 150 g (<u>MLE,</u>) Bułka wrocławska pszenna 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane 50 g (<u>JAJ,</u>) Szyńka mozaikowa 40 g Pomidor 50 g (<u>POM,</u>) Sałata 10 g Kakao na mleku 200 ml (<u>MLE, KOK,</u>) | Zupa zacierkowa II 300 ml (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Filet drobiowy z warzywami 110 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Marchew gotowana 150 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ryż na sypko 180 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Kompot s 200 ml | Bułka wrocławska pszenna 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło (82% tł.) 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 25 g Twaróg z mlekiem 100 g (<u>MLE,</u>) Jabłka 150 g Herbata 200 ml | Sok pomidorowy 1 szt (<u>POM,</u>) Wafle ryżowe. 10 g | W.Ener: [kcal] 2 163 B: [g] 103,6 T: [g] 71,1 W: [g] 267,7 Sól [g] 3,6 Kw.tł.nasy. [g] 38,4 Bł: [g] 34,5 Sód: [mg] 1 459 W tym cukry: [g] 67,8 |

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 JEĆZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,*