

		1	3	5	6	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	PN	SUMA
2025-04-21 poniedziałek	01. Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Poledwica drobiowa 40 g (GOR, SOJ, SO2,) Banan 180 g Salata 10 g Herbata 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami I 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Pieczeń rzymska w sosie I 90 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Buraczki gotowane 150 g (GLU PSZ, MLE,) Salata 10 g Kasza pęczak 180 g (GLU PSZ,) Kompot s 200 ml	Chleb pszenno - żytni 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Pasta twarogowa z pomidorem susz. 70 g (MLE,) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Sok pomidorowy 1 szt (POM,)	W.Ener: [kcal] 2 403,4 B: [g] 94,2 T: [g] 69,5 W: [g] 349,8 Sól [g] 4,5 Kw.tł.nasy. [g] 36,9 Bł: [g] 36,8 Sód: [mg] 1 749,2 W tym cukry: [g] 108
	02. Dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka konserwowa z indyka 40 g Salata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa krupnik z kaszy jaglanej II 300 ml (MLE, SEL,) Filet z indyka gotowany 100 g Sos koperkowy 50 g (GLU PSZ, MLE,) Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) 150 g (MLE,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Poledwica drobiowa 40 g (GOR, SOJ, SO2,) Pomidor 50 g (POM,) Salata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Jogurt owocowy 150 g (MLE,)	W.Ener: [kcal] 1 926,1 B: [g] 78,6 T: [g] 62,1 W: [g] 276,5 Sól [g] 3,6 Kw.tł.nasy. [g] 35,2 Bł: [g] 26 Sód: [mg] 1 435,1 W tym cukry: [g] 97,7
2025-04-22 wtorek	01. Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Poledwica drobiowa 40 g (GOR, SOJ, SO2,) Ogórek kiszony 50 g Salata 10 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE,)	Zupa szpinakowa ziemniakami I 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Wątroba drobiowa smażona z cebulką I 90 g (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Ziemniaki 180 g Surówka z białej kapusty I 150 g Salata 10 g Kompot s 200 ml	Chleb pszenno - żytni 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Baleron 40 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Bułka wrocławska pszenna. 40 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Miód naturalny por 1 szt (MI,)	W.Ener: [kcal] 2 199,9 B: [g] 93,9 T: [g] 63,8 W: [g] 329,4 Sól [g] 6,2 Kw.tł.nasy. [g] 33,1 Bł: [g] 34,5 Sód: [mg] 2 479,6 W tym cukry: [g] 84,5
	02. Dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Miód naturalny 1 szt (MI,) Szynka konserwowa z indyka 40 g Salata 10 g Jabłka 150 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE,)	Zupa kalafiorowa II 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpety gotowane w sosie II 110 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Sos szpinakowy 50 g (GLU PSZ, MLE,) Buraczki gotowane 150 g (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Poledwica drobiowa 40 g (GOR, SOJ, SO2,) Pomidor 50 g (POM,) Salata 10 g Herbata 200 ml	Wafle ryżowe. 15 g Serek Ziarnisty 1 szt (MLE,)	W.Ener: [kcal] 2 363,3 B: [g] 110,4 T: [g] 80 W: [g] 303,7 Sól [g] 7,1 Kw.tł.nasy. [g] 44,9 Bł: [g] 32,8 Sód: [mg] 2 817,5 W tym cukry: [g] 97,6
2025-04-23 środa	01. Dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Pasta z jaj I 60 g (JAJ, MLE, GOR,) Salata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem I 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,) Bigos 250 g (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Chleb pszenno - żytni 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Pasta rybna 80 g (GLU PSZ, JAJ,) Serek twarogowy śmiet 1p-16g 16 g (MLE b/LAK,) Salata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Sok warzywny 1 szt	W.Ener: [kcal] 2 360,9 B: [g] 92,2 T: [g] 70,1 W: [g] 354 Sól [g] 4,4 Kw.tł.nasy. [g] 33 Bł: [g] 35,3 Sód: [mg] 1 763,4 W tym cukry: [g] 105,1

2025-04-23 środa	02. Dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Dżem 25 g Galaretka z kurczaka II 130 g Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Potrawka z szynki II 150 ml (GLU PSZ, MLE,) Marchew gotowana 150 g (GLU PSZ, MLE,) Kasza jęczmienna 180 g (GLU PSZ,) Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka konserwowa z indyka 40 g Pomidor 50 g (POM,) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Jogurt owocowy 150 g (MLE,)	W.Ener: [kcal] 2 112,4 B: [g] 92,7 T: [g] 71,1 W: [g] 291,6 Sól [g] 4,6 Kw.tł.nasy. [g] 39,3 Bł: [g] 30,7 Sód: [mg] 1 846,8 W tym cukry: [g] 87,2
	01. Dieta podstawowa	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb razowy. 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Dżem 25 g Galaretka z kurczaka I 130 g (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa ogórkowa I 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Surówka z czerwonej kapusty 150 g Karkówka pieczona w sosie własnym I 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Ryż na sypko 180 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot s 200 ml	Chleb razowy. 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka biała 40 g Sałata 10 g Pomidor 50 g (POM,) Herbata 200 ml	Serek Ziarnisty 1 szt (MLE,)	W.Ener: [kcal] 2 253,1 B: [g] 113,6 T: [g] 77,7 W: [g] 289,6 Sól [g] 5,8 Kw.tł.nasy. [g] 40,1 Bł: [g] 29,1 Sód: [mg] 2 333,8 W tym cukry: [g] 75,7
2025-04-24 czwartek	02. Dieta łatwostrawna	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Serek kanapkowy w plastrach 40 g (MLE b/LAK,) Miód naturalny por 1 szt (MI,) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa wiejska II 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Filet drobiowy gotowany w sosie II 110 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Buraczki gotowane 150 g (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka konserwowa z indyka 40 g Sałatka jarzynowa II 80 g (JAJ, MLE, SEL,) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Sok pomidorowy 1 szt (POM,)	W.Ener: [kcal] 2 234,2 B: [g] 82,2 T: [g] 70,1 W: [g] 318,1 Sól [g] 3,1 Kw.tł.nasy. [g] 36,3 Bł: [g] 36,8 Sód: [mg] 1 229,7 W tym cukry: [g] 82,7
	01. Dieta podstawowa	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy. 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Baleron 40 g Ogórek konserwowy 50 g Sałata 10 g Herbata 200 ml	Zupa Grochowa 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Kotlety ziemniaczane I 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Surówka z marchwi i chrzanu I 150 g (MLE,) Kompot s 200 ml Sos pieczarkowy 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,)	Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Poledwica drobiowa 40 g (GOR, SOJ, SOZ,) Serek topiony 25 g (MLE,) Sałata 10 g Pomidor 50 g (POM,) Herbata 200 ml	Jogurt naturalny 150 g (MLE,)	W.Ener: [kcal] 2 147,7 B: [g] 84,8 T: [g] 57,5 W: [g] 344,2 Sól [g] 5,2 Kw.tł.nasy. [g] 30,9 Bł: [g] 42,5 Sód: [mg] 2 062,7 W tym cukry: [g] 62,6
2025-04-25 piątek	02. Dieta łatwostrawna	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Pasta z jaj 60 g (JAJ, MLE,) Sałata 10 g Pomidor 50 g (POM,) Herbata 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba miruna na parze 170 g (RYB, MLE,) Sos koperkowy 50 g (GLU PSZ, MLE,) Bukiet warzyw(brokuł, kalafior, marchew) 150 g (MLE,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Dżem 25 g Szynka mozaikowa 40 g Sałata 0,1 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Jogurt naturalny 150 g (MLE,)	W.Ener: [kcal] 2 076,8 B: [g] 65,4 T: [g] 81,7 W: [g] 283,8 Sól [g] 4,4 Kw.tł.nasy. [g] 47,1 Bł: [g] 26,8 Sód: [mg] 1 775,7 W tym cukry: [g] 100,1

2025-04-26 sobota	01. Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb razowy. 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka konserwowa z indyka 40 g Salata 10 g Jabłka 150 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE,)	Zupa żurek z ziemniakami I 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Kotlet mielony I 90 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Buraczki z cebulą I 150 g Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Chleb pszenno - żytni 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Pomidor 50 g (POM,) Salata 10 g Herbata 200 ml	Miód naturalny por 1 szt (MI,) Pieczywo chrupkie 30 g (GLU PSZ,)	W.Ener: [kcal] 2 278,6 B: [g] 93 T: [g] 71,2 W: [g] 319,2 Sól [g] 5,2 Kw.tł.nasy. [g] 39,7 Bł: [g] 30,7 Sód: [mg] 2 074,2 W tym cukry: [g] 87,5
	02. Dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka konserwowa z indyka 40 g Salata 10 g Jabłka 150 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE,)	Zupa pomidorowa z ryżem II 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, POM,) Pulpety drobiowe w sosie II 110 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Buraczki gotowane 150 g (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Ser twarogowy 09 100 g (MLE,) Pomidor 50 g (POM,) Herbata 200 ml	Miód naturalny por 1 szt (MI,) Pieczywo chrupkie 30 g (GLU PSZ,)	W.Ener: [kcal] 2 282,6 B: [g] 103,3 T: [g] 79,7 W: [g] 288,8 Sól [g] 3,2 Kw.tł.nasy. [g] 43,1 Bł: [g] 26,8 Sód: [mg] 1 300,9 W tym cukry: [g] 92,1
2025-04-27 niedziela	01. Dieta podstawowa	Jogurt owocowy 150 g (MLE,) Bułka kajzerka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb razowy. 50 g Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Ser twarogowy 80 g (MLE,) Dżem 25 g Banan 180 g Kakao na mleku 200 ml (MLE, KOK,)	Zupa kalafiorowa I 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Filet drobiowy panierowany I 90 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Surówka z selera i marchwi I 150 g (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna 180 g (GLU PSZ,) Kompot s 200 ml	Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka wieprzowa c 45 g Ogórek kiszony 50 g Herbata 200 ml	Sok pomidorowy 1 szt (POM,) Wafle ryżowe. 10 g	W.Ener: [kcal] 2 106,1 B: [g] 88,6 T: [g] 53,2 W: [g] 310,4 Sól [g] 5,3 Kw.tł.nasy. [g] 29,5 Bł: [g] 37,7 Sód: [mg] 2 138,7 W tym cukry: [g] 85
	02. Dieta łatwostrawna	Jogurt owocowy 150 g (MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Miód naturalny 1 szt (MI,) Szynka wieprzowa 40 g Salata 10 g Banan d 120 g Kakao na mleku 200 ml (MLE, KOK,)	Zupa kalafiorowa II 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Udko gotowane II 120 g Marchew gotowana 150 g (GLU PSZ, MLE,) Ryż na sypko 180 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot s 200 ml	Salata 10 g Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka drobiowa 40 g Pomidor 50 g (POM,) Herbata 200 ml Jabłka 150 g	Sok pomidorowy 1 szt (POM,) Wafle ryżowe. 10 g	W.Ener: [kcal] 2 207,9 B: [g] 85,2 T: [g] 75 W: [g] 287,6 Sól [g] 5 Kw.tł.nasy. [g] 37,7 Bł: [g] 32,3 Sód: [mg] 2 021 W tym cukry: [g] 89,5

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,*