

		1	3	5	6	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	PN	SUMA
2025-10-06 poniedziałek	01. Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana 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> ) Dżem 25 g Parówka na gorąco 1 szt Papryka świeża 50 g Sałata 10 g Herbata 200 ml	Zupa kapuśniak z białej kapusty I 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Naleśniki z twarogiem i musem owocowym I 220 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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> ) Ogonówka 40 g Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Banan 180 g Sałata 10 g Herbata 200 ml	Sok warzywny 1 szt	W.Ener: [kcal] 2 264,4 B: [g] 83,7 T: [g] 79,9 W: [g] 315,3 Sól [g] 4,9 Kw.tł.nasy. [g] 38,7 Bł: [g] 31,5 Sód: [mg] 1 981,7 W tym cukry: [g] 94,6
	02. Dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana 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> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Sałata 10 g Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Herbata 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami II 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Ryż z truskawkami 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> ) Połędwica drobiowa c 45 g ( <b>GOR, SOJ, SO2,</b> ) Sałata 10 g Serek kanapkowy w plastrach 40 g ( <b>MLE b/LAK,</b> ) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 096,2 B: [g] 75,5 T: [g] 80,8 W: [g] 277,2 Sól [g] 3,6 Kw.tł.nasy. [g] 45,3 Bł: [g] 20,6 Sód: [mg] 1 452 W tym cukry: [g] 88,5
2025-10-07 wtorek	01. Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Połędwica drobiowa 40 g ( <b>GOR, SOJ, SO2,</b> ) Ogórek świeży 50 g Sałata 10 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Zupa szpinakowa ziemniakami I 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Wątroba drobiowa smażona z cebulką I 90 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Kasza jęczmienna 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Sałata 10 g Kompot s 200 ml	Chleb pszenno - żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta twarogowa z pomidorem susz. 70 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłka 150 g 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] 2 386,3 B: [g] 101,9 T: [g] 73,1 W: [g] 347,3 Sól [g] 4,9 Kw.tł.nasy. [g] 38,9 Bł: [g] 35,1 Sód: [mg] 1 974,3 W tym cukry: [g] 89,3
	02. Dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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 konserwowa z indyka 40 g Sałata 10 g Jabłka 150 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Zupa krupnik z kaszy jaglanej II 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Filet z indyka gotowany 100 g Sos szpinakowy 50 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) 150 g ( <b>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> ) Połędwica drobiowa 40 g ( <b>GOR, SOJ, SO2,</b> ) Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Wafle ryżowe. 15 g Mleko smakowe w kartoniku 200ml 200 g ( <b>MLE b/LAK,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 063,3 B: [g] 81,8 T: [g] 66,9 W: [g] 277 Sól [g] 3,7 Kw.tł.nasy. [g] 38,5 Bł: [g] 25,1 Sód: [mg] 1 473,6 W tym cukry: [g] 73,3
2025-10-08 środa	01. Dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Pasta z jaj I 60 g ( <b>JAJ, MLE, GOR,</b> ) Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem I 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,</b> ) Bigos 250 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) 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> ) Pasta rybna 80 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> ) Serek twarogowy śmiet 1p-16g 16 g ( <b>MLE b/LAK,</b> ) Sałata 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

2025-10-08 środa	02. Dieta łatwostrawna	Ryż 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 Galaretka z kurczaka II 130 g Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Potrawka z szynki II 150 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kasza jęczmienna 180 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) 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 Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Serek Ziaernisty 1 szt ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 254,4 B: [g] 113 T: [g] 77,7 W: [g] 292 Kw.tł.nasy. [g] 6,3 Bł: [g] 30,7 Sód: [mg] 2 543,8 W tym cukry: [g] 89,6
	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> ) Dżem 25 g Galaretka z kurczaka I 130 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami I 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Karkówka pieczona w sosie własnym I 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Pomidor z cebulą I 150 g ( <b>POM,</b> ) Ryż na sypko 180 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kompot s 200 ml	Chleb razowy. 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 Sałata 10 g Papryka świeża 50 g Herbata 200 ml	Serek Ziaernisty 1 szt ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 231,4 B: [g] 113,7 T: [g] 80 W: [g] 278,1 Sól [g] 5,4 Kw.tł.nasy. [g] 41,6 Bł: [g] 27,7 Sód: [mg] 2 147,8 W tym cukry: [g] 69,3
2025-10-09 czwartek	02. Dieta łatwostrawna	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> ) Serek kanapkowy w plastrach 40 g ( <b>MLE b/LAK,</b> ) Miód naturalny por 1 szt ( <b>MI,</b> ) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa wiejska II 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</b> ) Filet drobiowy gotowany w sosie II 110 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Buraczki gotowane 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> ) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Sok pomidorowy 1 szt ( <b>POM,</b> )	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 ( <b>GLU PSZ, 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> ) Baleron 40 g Ogórek świeży 50 g Sałata 10 g Herbata 200 ml	Zupa Grochowa 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Kotlety ziemniaczane I 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Surówka z marchwi i chrzanu I 150 g ( <b>MLE,</b> ) Kompot s 200 ml Sos pieczarkowy 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> )	Chleb graham . 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, SOZ,</b> ) Serek topiony 25 g ( <b>MLE,</b> ) Sałata 10 g Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Herbata 200 ml	Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 149,7 B: [g] 85,1 T: [g] 57,5 W: [g] 344,3 Sól [g] 5,2 Kw.tł.nasy. [g] 30,9 Bł: [g] 42,4 Sód: [mg] 2 068 W tym cukry: [g] 62,7
2025-10-10 piątek	02. Dieta łatwostrawna	Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z jaj 60 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Sałata 10 g Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Herbata 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Pulpety rybne 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB, MLE, POM,</b> ) Sos koperkowy 50 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bukiet warzyw( brokuł, kalafior, marchew) 150 g ( <b>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> ) Dżem 25 g Szynka mozaikowa 40 g Sałata 0,1 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Jogurt naturalny 150 g ( <b>MLE,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 265,8 B: [g] 97 T: [g] 77,4 W: [g] 310,2 Sól [g] 5 Kw.tł.nasy. [g] 42,6 Bł: [g] 29,3 Sód: [mg] 2 035,8 W tym cukry: [g] 102,4

2025-10-11 sobota	01. Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, JAJ, 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> ) Szynka konserwowa z indyka 40 g Salata 10 g Jabłka 150 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Zupa żurek z ziemniakami I 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Kotlet mielony I 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Buraczki z cebulą I 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> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Salata 10 g Herbata 200 ml	Miód naturalny por 1 szt ( <b>MI,</b> ) Pieczywo chrupkie 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	W.Ener: [kcal] 2 278,4 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 ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) 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 Salata 10 g Jabłka 150 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Zupa pomidorowa z ryżem II 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, MLE, SEL, POM,</b> ) Pulpety drobiowe w sosie II 110 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Buraczki gotowane 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> ) Ser twarogowy 09 100 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Herbata 200 ml	Miód naturalny por 1 szt ( <b>MI,</b> ) Pieczywo chrupkie 30 g ( <b>GLU PSZ,</b> )	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
2025-10-12 niedziela	01. Dieta podstawowa	Jogurt owocowy z owsianką 150 g ( <b>MLE b/LAK,</b> ) Bułka kajzerka 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Chleb razowy. 50 g Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Ser twarogowy 80 g ( <b>MLE,</b> ) Dżem 25 g Banan 180 g Kakao na mleku 200 ml ( <b>MLE, KOK,</b> )	Zupa kalafiorowa I 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Filet drobiowy panierowany I 90 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,</b> ) Surówka z selera i marchwi I 150 g ( <b>MLE, SEL,</b> ) Kasza jęczmienna 180 g ( <b>GLU PSZ,</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> ) Szynka wieprzowa c 45 g Ogórek świeży 50 g Herbata 200 ml	Sok pomidorowy 1 szt ( <b>POM,</b> ) Wafle ryżowe. 10 g	W.Ener: [kcal] 2 205,5 B: [g] 89,9 T: [g] 54,8 W: [g] 329,9 Sól [g] 4,3 Kw.tł.nasy. [g] 30,6 Bł: [g] 38,6 Sód: [mg] 1 729,7 W tym cukry: [g] 81,5
	02. Dieta łatwostrawna	Jogurt owocowy z owsianką 150 g ( <b>MLE b/LAK,</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 wieprzowa 40 g Salata 10 g Banan d 120 g Kakao na mleku 200 ml ( <b>MLE, KOK,</b> )	Zupa kalafiorowa II 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Udko gotowane II 120 g Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Ryż na sypko 180 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kompot s 200 ml	Salata 10 g Bułka wrocławska pszenna 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Masło (82% tł.) 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka drobiowa 40 g Pomidor 50 g ( <b>POM,</b> ) Herbata 200 ml Jabłka 150 g	Sok pomidorowy 1 szt ( <b>POM,</b> ) Wafle ryżowe. 10 g	W.Ener: [kcal] 2 306,3 B: [g] 86,7 T: [g] 76,6 W: [g] 306,6 Sól [g] 4,8 Kw.tł.nasy. [g] 38,9 Bł: [g] 33,2 Sód: [mg] 1 958 W tym cukry: [g] 85,3

**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 JEŃCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,*