

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 SZPITALE

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA	
2025-02-11 wtorek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Połudwiczki kurczaka panierowane 100g 3 szt (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200 g (JAJ, MLE) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2675,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 113 Tłuszcz [g] 86,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 381,9 suma cukrów prostych [g] 90 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 41,9	
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos bazylkowy 80 ml (SEL) Ziemniaki 200 g Marchewka talarki mix 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200 g (JAJ, MLE) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2888,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 113,7 Tłuszcz [g] 97,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 403,6 suma cukrów prostych [g] 88,5 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,8	
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Hummus z brokulem 50 g (SOJ) Ogórek 50 g	Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos bazylkowy 80 ml (SEL) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki jęczmieńne 20 g (GLU)		Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200 g (JAJ, MLE) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 3239,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 136,2 Tłuszcz [g] 111,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,5 Węglowodany ogółem [g] 449 suma cukrów prostych [g] 63,3 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 67,2
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka drobiowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Hummus z brokulem 50 g (SOJ) Ogórek 50 g	Zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos bazylkowy 80 ml (SEL) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki jęczmieńne 20 g (GLU)		Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 200 g (JAJ, MLE) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka bankietowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 3395,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 143,3 Tłuszcz [g] 116,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,2 Węglowodany ogółem [g] 471,5 suma cukrów prostych [g] 65,1 Sól [g] 9,5 Błonnik pokarmowy [g] 70,6

2025-02-12 środa	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z oliwkami 60 g (MLE) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Sos bolognese z mięsa wieprzowego 200 g (SEL) Makaron kokardki 200 g (GLU, SOJ) Salatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka orzech 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2622,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 99,6 Tłuszcz [g] 80,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 393,1 suma cukrów prostych [g] 94,9 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,9
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z oliwkami 60 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Sos bolognese z mięsa wieprzowego 200 g (SEL) Makaron kokardki 200 g (GLU, SOJ) Brokuły z wody 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka orzech 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2659,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104 Tłuszcz [g] 79,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 395 suma cukrów prostych [g] 87,8 Sól [g] 7 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z oliwkami 60 g (MLE) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Poledwica z kurcząt 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Sos bolognese z mięsa wieprzowego 200 g (SEL) Makaron razowy 200 g (SOJ) Salatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Krakersy 3 szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka orzech 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2806,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 112,1 Tłuszcz [g] 92,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2 Węglowodany ogółem [g] 406,8 suma cukrów prostych [g] 64,3 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 53,4
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z oliwkami 60 g (MLE) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Poledwica z kurcząt 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Sos bolognese z mięsa wieprzowego 200 g (SEL) Makaron razowy 200 g (SOJ) Salatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Krakersy 3 szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka orzech 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka z piersi indyka 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g

2025-02-13 czwartek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bednarza 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. 400 ml (MLE, SEL) Krokiety z mięsem 2 szt Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g (SOJ, SEL) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2625,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 97 Tłuszcz [g] 96,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Węglowodany ogółem [g] 361,4 suma cukrów prostych [g] 92,2 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,5
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bednarza 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. 400 ml (MLE, SEL) Krokiety z mięsem dietetyczne 2 szt Bukiet warzyw 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g (SOJ, SEL) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2624,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98,3 Tłuszcz [g] 100,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 345,8 suma cukrów prostych [g] 85,7 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bednarza 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski lekki z koperkiem 50 g Pomidor 50 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (SEL) Schab pieczony 100 g Sos własny 80 ml (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kefir 200g 1 szt (MLE) Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g (SOJ, SEL) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2980,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 131 Tłuszcz [g] 86 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 Węglowodany ogółem [g] 438,8 suma cukrów prostych [g] 62,8 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 62,7
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bednarza 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski lekki z koperkiem 50 g Pomidor 50 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (SEL) Schab pieczony 100 g Sos własny 80 ml (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Surówka Coleslaw z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kefir 200g 1 szt (MLE) Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z soczewicy z warzywami 60 g (SOJ, SEL) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka ślaska 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 SZPITALE

2025-02-14 piątek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt (JAJ, MLE) Marchewka Juniorka 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa minestrone z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz panierowana 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 717,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 117,3 Tłuszcz [g] 94,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 367,7 suma cukrów prostych [g] 91,6 Sól [g] 11,3 Błonnik pokarmowy [g] 38
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt (JAJ, MLE) Marchewka Juniorka 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% t. 400 ml (MLE, SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos pietruszkowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 130 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 767,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 117,3 Tłuszcz [g] 96,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 Węglowodany ogółem [g] 371,2 suma cukrów prostych [g] 89,4 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt (JAJ, MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Poledwica miodowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa minestrone z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos pietruszkowy 80 ml (MLE) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pumpernikiel 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 102,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 132,7 Tłuszcz [g] 114,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,3 Węglowodany ogółem [g] 413,6 suma cukrów prostych [g] 62 Sól [g] 12,1 Błonnik pokarmowy [g] 59
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt (JAJ, MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Poledwica miodowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa minestrone z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos pietruszkowy 80 ml (MLE) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pumpernikiel 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 50 g (MLE) Salata zielona 5 g

Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 SZPITALE

2025-02-15 sobota	D PODSTAWOWA	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 ml (MLE) Kasza gryczana na sypko 200 g Fasolka szparagowa duet z masłem i bulką 130 g (GLU, JAJ) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab wieśniowy 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 579 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,7 Tłuszcz [g] 94,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39 Węglowodany ogółem [g] 354,6 suma cukrów prostych [g] 82,6 Sól [g] 6,3 Błonnik pokarmowy [g] 37,5
	D ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos tymiankowy 80 ml (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab wieśniowy 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 567,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 91,7 Tłuszcz [g] 86,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Węglowodany ogółem [g] 370,3 suma cukrów prostych [g] 78,9 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,9
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka złota 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 50 g	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 ml (MLE) Kasza gryczana na sypko 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab wieśniowy 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 823,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 112,6 Tłuszcz [g] 109,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,2 Węglowodany ogółem [g] 368,1 suma cukrów prostych [g] 52,9 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 55
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka złota 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 50 g	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 ml (MLE) Kasza gryczana na sypko 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab wieśniowy 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Pasta z fasoli z warzywami 40 g (SEL) Salata zielona 5 g

2025-02-16 niedziela	D PODSTAWOWA	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szyńka bankietowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 90 g Mix sałat 10 g Cukier 15 g		Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Befszyk wieprzowy z cebulką (smażony) 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 491,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 90,5 Tłuszcz [g] 92,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,7 Węglowodany ogółem [g] 339,5 suma cukrów prostych [g] 85,7 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	D ŁATWOSTRAWNA	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szyńka bankietowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Cukier 15 g		Rosół z makaronem pszennym 400 ml (GLU, SOJ, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Kalafior z wody 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 501,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,8 Tłuszcz [g] 86,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 342,1 suma cukrów prostych [g] 80,7 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,2
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szyńka bankietowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 90 g Mix sałat 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Hummus z dynią 50 g (SOJ) Pomidor 50 g	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (SOJ, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 694,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109 Tłuszcz [g] 100,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,2 Węglowodany ogółem [g] 363,6 suma cukrów prostych [g] 54,8 Sól [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 52,1
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szyńka bankietowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 90 g Mix sałat 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Hummus z dynią 50 g (SOJ) Pomidor 50 g	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (SOJ, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pieczywo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Paszтет pieczony drobiowy 60 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 850,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116,1 Tłuszcz [g] 105,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,9 Węglowodany ogółem [g] 386,1 suma cukrów prostych [g] 56,6 Sól [g] 10,1 Błonnik pokarmowy [g] 55,5

2025-02-17 poniedziałek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z makreli i twarogu 60 g (MLE) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bigos z kapusty z mięsem i kielbasą 250 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Poledwica sopocka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Surówka z selera z ananasem i kukurydzą z majonezem 90 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 321,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 89,1 Tłuszcz [g] 68,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Węglowodany ogółem [g] 355,3 suma cukrów prostych [g] 94,1 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 38
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z makreli i twarogu 60 g (MLE) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos ziołowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g Bukiet warzyw 130 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Poledwica sopocka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 506 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,2 Tłuszcz [g] 80,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 360,7 suma cukrów prostych [g] 85,1 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z makreli i twarogu 60 g (MLE) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka orzech 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bigos z kapusty z mięsem i kielbasą 250 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 200 g Płatki jęczmieńne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Poledwica sopocka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Surówka z selera z ananasem i kukurydzą z majonezem 90 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 561 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 107,5 Tłuszcz [g] 79,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Węglowodany ogółem [g] 380 suma cukrów prostych [g] 70,1 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 55,8
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z makreli i twarogu 60 g (MLE) Ogórek 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka orzech 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bigos z kapusty z mięsem i kielbasą 250 g (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 200 g Płatki jęczmieńne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Poledwica sopocka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Surówka z selera z ananasem i kukurydzą z majonezem 90 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka z kurcząt 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sałata zielona 5 g

2025-02-18 wtorek	D. PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab wieśniowy 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka z kurczaka 100 g Sos koperkowy 80 ml (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Mizeria z ogórków kiszonych ze śmietaną 12% tł. 130 g (MLE) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 60 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2486,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 93,1 Tłuszcz [g] 72,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 385,6 suma cukrów prostych [g] 83 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,6
	D. ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab wieśniowy 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Bitka z kurczaka 100 g Sos koperkowy 80 ml (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Marchewka gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka gotowana 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2670,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 101,5 Tłuszcz [g] 76,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 409,6 suma cukrów prostych [g] 84,1 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	D. CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab wieśniowy 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka z kurczaka 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Mizeria z ogórków kiszonych ze śmietaną 12% tł. 130 g (MLE) Kompot b/c 300 ml Sos koperkowy 80 ml (MLE)	Budyń b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 60 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2819,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 114,2 Tłuszcz [g] 93,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,2 Węglowodany ogółem [g] 409,1 suma cukrów prostych [g] 65,3 Sól [g] 10,3 Błonnik pokarmowy [g] 58,2
	D. CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab wieśniowy 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka z kurczaka 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Mizeria z ogórków kiszonych ze śmietaną 12% tł. 130 g (MLE) Kompot b/c 300 ml Sos koperkowy 80 ml (MLE)	Budyń b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 60 g Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka gotowana 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g

2025-02-19 środa	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb bałtonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany ze szczypiorkiem 60 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z szynki wieprzowej 250 g (SEL) Kopytka 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb bałtonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka i bukietu warzyw 200 g (RYB) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 769,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 114,3 Tłuszcz [g] 76 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 429,7 suma cukrów prostych [g] 98,4 Sól [g] 18,1 Błonnik pokarmowy [g] 46,7
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb bałtonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g (MLE) Pomidor 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z szynki wieprzowej 250 g (SEL) Kopytka 200 g Brokuły z wody 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb bałtonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z ryżu białego z tuńczyka i bukietu warzyw 200 g (RYB) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g Pomidor 90 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 789,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 118,9 Tłuszcz [g] 71,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Węglowodany ogółem [g] 436 suma cukrów prostych [g] 93,7 Sól [g] 18,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,8
	D CUKRZYCOWA 5 POŚLİKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany ze szczypiorkiem 60 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bukowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z szynki wieprzowej 250 g (SEL) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Krakersy 5 szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka i bukietu warzyw 200 g (RYB) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 058,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 126,4 Tłuszcz [g] 99,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,9 Węglowodany ogółem [g] 444,6 suma cukrów prostych [g] 69,7 Sól [g] 19 Błonnik pokarmowy [g] 62,8
	D CUKRZYCOWA 6 POŚLİKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany ze szczypiorkiem 60 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Mix sałat 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka bukowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z szynki wieprzowej 250 g (SEL) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Krakersy 5 szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z ryżu brązowego z tuńczyka i bukietu warzyw 200 g (RYB) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka konserwowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Sałata zielona 5 g

2025-02-20 czwartek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka złota 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Kotlet pożarski (smażony) 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130 g (MLE, GOR) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 60 g (MLE, SEL) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2543,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,3 Tłuszcz [g] 71,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 Węglowodany ogółem [g] 398,8 suma cukrów prostych [g] 93,1 Sól [g] 6,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,2
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą manna 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka złota 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (JAJ) Sos estragonowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 60 g (MLE, SEL) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2599,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,8 Tłuszcz [g] 74,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 394,5 suma cukrów prostych [g] 84,8 Sól [g] 6 Błonnik pokarmowy [g] 29
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka złota 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski lekki z koperkiem 50 g Ogórek 50 g	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (JAJ) Sos estragonowy 80 ml (MLE) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130 g (MLE, GOR) Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 200 g (MLE) Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 60 g (MLE, SEL) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2897,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 128,9 Tłuszcz [g] 80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 444,7 suma cukrów prostych [g] 70,2 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 60,2
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka złota 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski lekki 50 g Ogórek 50 g	Zupa krupnik z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (JAJ) Sos estragonowy 80 ml (MLE) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka kopenhaska z jogurtem naturalnym 2%tł. 130 g (MLE, GOR) Kompot b/c 300 ml	Jogurt naturalny 200 g (MLE) Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta twarogowa z warzywami i suszonymi pomidorami 60 g (MLE, SEL) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szynka z kurcząt 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 3053,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 135,9 Tłuszcz [g] 84,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7 Węglowodany ogółem [g] 467,2 suma cukrów prostych [g] 72 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 63,5