

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2025-04-11 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 kiszonej 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] 2 719,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 117,3 Tłuszcz [g] 94,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Węglowodany ogółem [g] 368,1 suma cukrów prostych [g] 91,8 Sól [g] 11,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,1
	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% tł. 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] 2 784,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 117,3 Tłuszcz [g] 98,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42 Węglowodany ogółem [g] 371,7 suma cukrów prostych [g] 89,4 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	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) Połędwica 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 kiszonej 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] 3 116,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 132,7 Tłuszcz [g] 115,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,1 Węglowodany ogółem [g] 414,1 suma cukrów prostych [g] 62,1 Sól [g] 12,1 Błonnik pokarmowy [g] 59,2
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	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) Połędwica 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 kiszonej 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) Paszтет z ciecioriki i warzyw 50 g (SOJ, SEL) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 356,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 143,7 Tłuszcz [g] 120,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,6 Węglowodany ogółem [g] 455,2 suma cukrów prostych [g] 65,1 Sól [g] 12,5 Błonnik pokarmowy [g] 65,9

2025-04-12 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) Serek homogenizowany z papryką i szczypiorkiem 60 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 śmietanowo szpinakowy 80 g (MLE) Ryż biały na sypko 200 g Buraczki gotowane 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) Schab wieśniowy 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka z białej rzepy i jabłka 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 619,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95,1 Tłuszcz [g] 97,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Węglowodany ogółem [g] 358,9 suma cukrów prostych [g] 91,8 Sól [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,8
	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 natką pietruszki 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 śmietanowo szpinakowy 80 g (MLE) Ryż biały na sypko 200 g Buraczki gotowane 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] 2 532,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 90,9 Tłuszcz [g] 80,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 374,9 suma cukrów prostych [g] 83,8 Sól [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany z papryką i szczypiorkiem 60 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szyńka 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 śmietanowo szpinakowy 80 g (MLE) Ryż brązowy na sypko 200 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 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) Salatka z białej rzepy i jabłka 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 861,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 110,4 Tłuszcz [g] 110,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,8 Węglowodany ogółem [g] 377,8 suma cukrów prostych [g] 63 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 58,1
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany z papryką i szczypiorkiem 60 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szyńka 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 śmietanowo szpinakowy 80 g (MLE) Ryż brązowy na sypko 200 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 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) Salatka z białej rzepy i jabłka 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	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 3 103,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 119,2 Tłuszcz [g] 118 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 416,9 suma cukrów prostych [g] 66 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 65,9

2025-04-13 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) Papryka świeża 90 g Mix салат 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 z czerwonej 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) Ser żółty 40 g (MLE) 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] 2 490 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 90,7 Tłuszcz [g] 92,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 Węglowodany ogółem [g] 339,3 suma cukrów prostych [g] 81,2 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,1
	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 салат 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) Serek wiejski lekki z koperkiem 60 g 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] 2 513,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,7 Tłuszcz [g] 87,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7 Węglowodany ogółem [g] 342,3 suma cukrów prostych [g] 80,7 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	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) Papryka świeża 90 g Mix салат 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 z czerwonej kapusty 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) Ser żółty 40 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 749,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 112,8 Tłuszcz [g] 100,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47 Węglowodany ogółem [g] 374,1 suma cukrów prostych [g] 50,4 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 54,6
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	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) Papryka świeża 90 g Mix салат 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 z czerwonej kapusty 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) Ser żółty 40 g (MLE) 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) Szyńka farmerska 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 905,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 119,9 Tłuszcz [g] 105,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,7 Węglowodany ogółem [g] 396,6 suma cukrów prostych [g] 52,2 Sól [g] 9,5 Błonnik pokarmowy [g] 58

2025-04-14 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 салат 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 салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 360,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 89,4 Tłuszcz [g] 71,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Węglowodany ogółem [g] 359,8 suma cukrów prostych [g] 94,4 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,5
	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 салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Schab 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 салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 486,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 113,9 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,5 Węglowodany ogółem [g] 360,9 suma cukrów prostych [g] 85,1 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 30
	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 салат 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 jęczmienne 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 салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 599,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 107,7 Tłuszcz [g] 82,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,6 Węglowodany ogółem [g] 384,5 suma cukrów prostych [g] 70,3 Sól [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 58,3
	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 салат 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 jęczmienne 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 салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Pasta z pieczonej papryki z serem feta 40 g (MLE) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 765,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 112,6 Tłuszcz [g] 88,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 Węglowodany ogółem [g] 409,1 suma cukrów prostych [g] 73,7 Sól [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 62,3

2025-04-15 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 po żydowsku 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Mix салат 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) 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) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 60 g 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] 2 585,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 88,4 Tłuszcz [g] 78,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Węglowodany ogółem [g] 402,4 suma cukrów prostych [g] 92,4 Sól [g] 6,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,6
	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 po żydowsku 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix салат 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 салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 701,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 96,4 Tłuszcz [g] 80 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Węglowodany ogółem [g] 414 suma cukrów prostych [g] 84,3 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
	D CUKRZYCOWA 5 POŚILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Mix салат 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 pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka z kurczaka 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g 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 салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 821,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 102 Tłuszcz [g] 91,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 Węglowodany ogółem [g] 427,1 suma cukrów prostych [g] 76,4 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 62,5
	D CUKRZYCOWA 6 POŚILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzepa biała 90 g Mix салат 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 pieczarkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Bitka z kurczaka 100 g Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g 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 салат 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	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 977,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,1 Tłuszcz [g] 96,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7 Węglowodany ogółem [g] 449,6 suma cukrów prostych [g] 78,2 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 65,9

2025-04-16 środa	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany z rzodkiewką i koperkiem 60 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 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) Makaron świderki 200 g (GLU, SOJ) Surówka z kapusty pekińskiej 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) Salatka 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] 2 915,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 125,1 Tłuszcz [g] 86,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 432,4 suma cukrów prostych [g] 98 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 47,9
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb baltonowski 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 салат 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) Makaron świderki 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) Salatka 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] 2 937,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 129,5 Tłuszcz [g] 81,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Węglowodany ogółem [g] 439,6 suma cukrów prostych [g] 94,8 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,9
	D CUKRZYCOWA 5 POŚILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany z rzodkiewką i koperkiem 60 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 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) Makaron razowy 200 g (SOJ) Surówka z kapusty pekińskiej 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) Salatka 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] 3 204,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 137,2 Tłuszcz [g] 110,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,8 Węglowodany ogółem [g] 447,1 suma cukrów prostych [g] 69,3 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 64,1
	D CUKRZYCOWA 6 POŚILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Serek homogenizowany z rzodkiewką i koperkiem 60 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 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) Makaron razowy 200 g (SOJ) Surówka z kapusty pekińskiej 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) Salatka 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) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 360,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 144,3 Tłuszcz [g] 115 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,5 Węglowodany ogółem [g] 469,6 suma cukrów prostych [g] 71,1 Sól [g] 10,3 Błonnik pokarmowy [g] 67,5

2025-04-17 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 z marchewki i jabłka 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 twarogowo buraczkowa 60 g (MLE) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 503,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 94,6 Tłuszcz [g] 70,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Węglowodany ogółem [g] 392 suma cukrów prostych [g] 90,5 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 37,3
	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 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) Pasta twarogowo buraczkowa 60 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 503 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 97,3 Tłuszcz [g] 66,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Węglowodany ogółem [g] 392,2 suma cukrów prostych [g] 85,6 Sól [g] 6,7 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) 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 z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g 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) Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (MLE) Ogórek 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 913,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 127,2 Tłuszcz [g] 83,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7 Węglowodany ogółem [g] 441,6 suma cukrów prostych [g] 67,1 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 58,6
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	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 z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g 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) Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (MLE) 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] [kcal] 3 069,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 134,2 Tłuszcz [g] 88,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,4 Węglowodany ogółem [g] 464,1 suma cukrów prostych [g] 68,9 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 61,9

2025-04-18 piątek	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) Pasta z ryby pieczonej z warzywami 80 g (RYB, SEL) Rzepa biała 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 400 g (SOJ, SEL) Naleśniki z serem 2 szt Jabłka prażone 80 g Sos waniliowy 80 ml (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) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g Mix салат 10 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 894,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 110,3 Tłuszcz [g] 89 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46 Węglowodany ogółem [g] 430,6 suma cukrów prostych [g] 151,9 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,5
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą kukurydziana 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z ryby pieczonej z warzywami 80 g (RYB, SEL) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa selerowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Naleśniki z serem 2 szt Jabłka prażone 80 g Sos waniliowy 80 ml (MLE) 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) Serek wiejski lekki z koperkiem 80 g Pomidor 90 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g Mix салат 10 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 720 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,6 Tłuszcz [g] 78,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,2 Węglowodany ogółem [g] 410,9 suma cukrów prostych [g] 149,2 Sól [g] 5,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	D CUKRZYCOWA 5 POŚILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z ryby pieczonej z warzywami 80 g (RYB, SEL) Rzepa biała 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Jajko 1 szt (JAJ) Rzodkiewka 50 g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 400 g (SOJ, SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ryż brązowy na sypko 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Suchary pełnoziarniste 4 szt (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Mix салат 10 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 264,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 140,9 Tłuszcz [g] 114,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,3 Węglowodany ogółem [g] 446,8 suma cukrów prostych [g] 61,6 Sól [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 61,9
	D CUKRZYCOWA 6 POŚILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z ryby pieczonej z warzywami 80 g (RYB, SEL) Rzepa biała 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Jajko 1 szt (JAJ) Rzodkiewka 50 g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 400 g (SOJ, SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Ryż brązowy na sypko 200 g Surówka z kiszanej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Suchary pełnoziarniste 4 szt (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek kiszony 90 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Mix салат 10 g	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Szyunka cygańska 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 420,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 148 Tłuszcz [g] 119,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51 Węglowodany ogółem [g] 469,3 suma cukrów prostych [g] 63,4 Sól [g] 10,9 Błonnik pokarmowy [g] 65,3

2025-04-19 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) Twarożek z natką pietruszki 60 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) Sos chrzanowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g 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) Kielbasa szynkowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 643,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,5 Tłuszcz [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Węglowodany ogółem [g] 375 suma cukrów prostych [g] 93,8 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 39,3
	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) Twarożek z natką pietruszki 60 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) Sos majerankowy 80 ml (MLE) Kasza jaglana na sypko 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) Kielbasa szynkowa 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] 2 605,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,4 Tłuszcz [g] 80,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 382,5 suma cukrów prostych [g] 89,1 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	D CUKRZYCOWA 5 POŚILKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 60 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasztecik drobiowy 50g 1 szt (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) Sos chrzanowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g Salatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kefir 200g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Kielbasa szynkowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 097,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 121,6 Tłuszcz [g] 122,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,4 Węglowodany ogółem [g] 393,5 suma cukrów prostych [g] 58,2 Sól [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 60,6
	D CUKRZYCOWA 6 POŚILKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z natką pietruszki 60 g (MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Pasztecik drobiowy 50g 1 szt (GLU, SOJ, ORZ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Zupa brokułowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ) Sos chrzanowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza gryczana na sypko 200 g Salatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kefir 200g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Kielbasa szynkowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 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 białej fasoli z suszonymi pomidorami 50 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 376,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 132,5 Tłuszcz [g] 130,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52 Węglowodany ogółem [g] 438,4 suma cukrów prostych [g] 61,4 Sól [g] 10,9 Błonnik pokarmowy [g] 69,8

2025-04-20 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) Schab po żydowsku 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa z majonezem 100 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Jajko w sosie tatarskim 1 szt (JAJ, SOJ, GOR) Papryka świeża 90 g Salata zielona 10 g Cukier 15 g		Żurek z białą kielbasą, jajkiem i ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. 400 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Roladka z kurczaka nadziewana pieczarkami 100 g (JAJ) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g Ciasto - sernik 50 g (GLU, JAJ)		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka gotowana 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka z kurczakiem wędzonym, ryżem, ananase i kukurydzą z majonezem 100 g (JAJ, SOJ, GOR) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 949,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 122 Tłuszcz [g] 108,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,2 Węglowodany ogółem [g] 390,8 suma cukrów prostych [g] 103,8 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,2
	D LATWOSTRAWNA	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa b/groszku z jogurtem naturalnym 2%tł. 100 g (JAJ, MLE, SEL) Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Cukier 15 g		Żurek z jajkiem i ziemniakami zabieleny śmietaną 12% tł. 400 ml (JAJ, MLE, SEL) Roladka z kurczaka nadziewana warzywami 100 g (JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g Ciasto - sernik 50 g (GLU, JAJ)		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) Salatka z kurczakiem, ryżem i pomidorem z jogurtem naturalnym 2% tł. 100 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 860,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 126,5 Tłuszcz [g] 88,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 404,7 suma cukrów prostych [g] 101,4 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa z majonezem 100 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Jajko w sosie tatarskim 1 szt (JAJ, SOJ, GOR) Papryka świeża 90 g Salata zielona 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek homogenizowany z natką pietruszki 50 g (MLE) Ogórek 50 g	Żurek z białą kielbasą, jajkiem i ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. 400 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Roladka z kurczaka nadziewana pieczarkami 100 g (JAJ) Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml Kiwi 70g 1 szt	Jogurt naturalny 150g. 1 szt (MLE) Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka gotowana 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka z kurczakiem wędzonym, ryżem brązowym, papryką i ogórkiem z jogurtem naturalnym 2% tł. 100 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 056,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 138,9 Tłuszcz [g] 112,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,5 Węglowodany ogółem [g] 395,1 suma cukrów prostych [g] 78,2 Sól [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 61,9
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa z majonezem 100 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Jajko w sosie tatarskim 1 szt (JAJ, SOJ, GOR) Papryka świeża 90 g Salata zielona 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek homogenizowany z natką pietruszki 50 g (MLE) Ogórek 50 g	Żurek z białą kielbasą, jajkiem i ziemniakami zabieleny śmietaną 12%tł. 400 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR) Roladka z kurczaka nadziewana pieczarkami 100 g (JAJ) Ziemniaki 200 g Surówka z marchewki z chrzanem 130 g Kompot b/c 300 ml Kiwi 70g 1 szt	Jogurt naturalny 150g. 1 szt (MLE) Płatki jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka gotowana 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka z kurczakiem wędzonym, ryżem brązowym, papryką i ogórkiem z jogurtem naturalnym 2% tł. 100 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 250,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 147,1 Tłuszcz [g] 121,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51,6 Węglowodany ogółem [g] 417,4 suma cukrów prostych [g] 80,1 Sól [g] 10,4 Błonnik pokarmowy [g] 65,3