

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Kolacja godz.20.00	SUMA
2025-04-01 wtorek	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) 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		Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Wieprzowina szarpana 250 g (SEL, SEZ) Kluski śląskie 200 g (GLU, JAJ, SOJ) Surówka z selera, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g (SEL) Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Smalczyk z fasoli 60 g 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] 2 784,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,5 Tłuszcz [g] 85,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 Węglowodany ogółem [g] 418,4 suma cukrów prostych [g] 95,3 Sól [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 48,8
	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) 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		Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Wieprzowina szarpana 250 g (SEL, SEZ) Kluski śląskie 200 g (GLU, JAJ, SOJ) 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) Szynka z piersi indyka 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] 2 869,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 114,6 Tłuszcz [g] 97 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,1 Węglowodany ogółem [g] 400 suma cukrów prostych [g] 90,2 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml (MLE) 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 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski lekki z papryką i szczypiorkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Wieprzowina szarpana 250 g (SEL, SEZ) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z selera, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Pieczewo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Smalczyk z fasoli 60 g Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 973,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 127,1 Tłuszcz [g] 91,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,9 Węglowodany ogółem [g] 445,4 suma cukrów prostych [g] 65,3 Sól [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 70,8
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z ryżem brązowym 400 ml (MLE) 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 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Serek wiejski lekki z papryką i szczypiorkiem 50 g Rzodkiewka 50 g	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 400 ml (SEL) Wieprzowina szarpana 250 g (SEL, SEZ) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z selera, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g (SEL) Kompot b/c 300 ml	Pieczewo chrupkie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Smalczyk z fasoli 60 g 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) Szynka z piersi indyka 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 129,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 134,2 Tłuszcz [g] 96,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,6 Węglowodany ogółem [g] 467,9 suma cukrów prostych [g] 67,1 Sól [g] 11,2 Błonnik pokarmowy [g] 74,2

2025-04-02 środa	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 cygańska 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 ziemniaczana z pomidorami pelati 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 ml (MLE) Kasza gryczana na sypko 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) Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt (JAJ, MLE) Ogórek 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 982,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116 Tłuszcz [g] 113,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 392,8 suma cukrów prostych [g] 93,3 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,6
	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 cygańska 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g		Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) 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) Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt (JAJ, MLE) Pomidor 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 2 865,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 114 Tłuszcz [g] 95,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Węglowodany ogółem [g] 401,7 suma cukrów prostych [g] 83,5 Sól [g] 8,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	D CUKRZYCOWA 5 POŚILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Rzepa biała 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka wiśniowa 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 ml (MLE) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Koktajl jogurtowo truskawkowy b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt (JAJ, MLE) Ogórek 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 3 165,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 131,4 Tłuszcz [g] 126,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,5 Węglowodany ogółem [g] 404,2 suma cukrów prostych [g] 69,8 Sól [g] 10,5 Błonnik pokarmowy [g] 59,4
	D CUKRZYCOWA 6 POŚILKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka cygańska 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) Szynka wiśniowa 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 50 g	Zupa ziemniaczana z pomidorami pelati 400 ml (SEL) Filet kurczaka pieczony 100 g Sos pieczarkowy 80 ml (MLE) Kasza gryczana na sypko 200 g Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Koktajl jogurtowo truskawkowy b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 2 szt (JAJ, MLE) 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) Poledwica z kurcząt 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] 3 321,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 138,5 Tłuszcz [g] 131,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,2 Węglowodany ogółem [g] 426,7 suma cukrów prostych [g] 71,6 Sól [g] 11,2 Błonnik pokarmowy [g] 62,8

2025-04-03 czwartek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z rzodkiewką i czarnuszką 60 g (MLE) Pomidor 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Salatka z buraczków i jabłka 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 wędliny i warzyw 60 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 556,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 93,6 Tłuszcz [g] 84,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 374 suma cukrów prostych [g] 104,1 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,3
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400 ml (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 Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa ryżanka z natką pietruszki 400 ml (SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos estragonowy 80 ml (MLE) Ziemniaki 200 g Salatka z buraczków i jabłka 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 wędliny i warzyw 60 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 695,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98 Tłuszcz [g] 80,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Węglowodany ogółem [g] 409,6 suma cukrów prostych [g] 100,8 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 31
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z rzodkiewką i czarnuszką 60 g (MLE) 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) Szynka farmerska 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos estragonowy 80 ml (MLE) Ryż brązowy na sytko 200 g Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pumpernikiel 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z wędliny i warzyw 60 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 699,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,2 Tłuszcz [g] 85,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,1 Węglowodany ogółem [g] 402 suma cukrów prostych [g] 62,7 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 56,8
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Twarożek z rzodkiewką i czarnuszką 60 g (MLE) 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) Szynka farmerska 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 50 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (JAJ) Sos estragonowy 80 ml (MLE) Ryż brązowy na sytko 200 g Surówka z białej kapusty z marchewką i jabłkiem z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Pumpernikiel 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z wędliny i warzyw 60 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 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 konserwowa 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 855,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 116,3 Tłuszcz [g] 90 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,8 Węglowodany ogółem [g] 424,5 suma cukrów prostych [g] 64,5 Sól [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 60,2

2025-04-04 piątek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z zacierkami 400 ml (GLU, JAJ, 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) Ogórek kiszony 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Pierogi z serem 350g 8 szt (GLU, SOJ, SEL) Sos jogurtowy z owocami 80 g (MLE) Jabłka prażone 80 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) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 969,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 141,4 Tłuszcz [g] 93,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 53,7 Węglowodany ogółem [g] 408,7 suma cukrów prostych [g] 135,7 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,9
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z zacierkami 400 ml (GLU, JAJ, 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 z fasolki szparagowej zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Pierogi z serem 350g 8 szt (GLU, SOJ, SEL) Sos jogurtowy z owocami 80 g (MLE) Jabłka prażone 80 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) 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] 2 991,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 138,1 Tłuszcz [g] 97,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 55,5 Węglowodany ogółem [g] 401,3 suma cukrów prostych [g] 134,2 Sól [g] 5,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
	D CUKRZYCOWA 5 POŚILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z ryby pieczonej z warzywami 80 g (RYB, SEL) 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) Kiełbasa żywiecka 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Surówka z kiszonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 150 g Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Poledwica sopocka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 90 g Mix салат 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 962 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 132,8 Tłuszcz [g] 94,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,8 Węglowodany ogółem [g] 424,1 suma cukrów prostych [g] 64 Sól [g] 10,6 Błonnik pokarmowy [g] 61,6
	D CUKRZYCOWA 6 POŚILKÓW	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z ryby pieczonej z warzywami 80 g (RYB, SEL) 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) Kiełbasa żywiecka 30 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Ogórek 50 g	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryba dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 80 ml (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) Surówka z kiszonej kapusty z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Maślanka 150 g Płatki żytnie 20 g	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Poledwica sopocka 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Papryka świeża 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 zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 179,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 139,9 Tłuszcz [g] 103,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 454,3 suma cukrów prostych [g] 66,8 Sól [g] 11,5 Błonnik pokarmowy [g] 67,6

2025-04-05 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) Ogórek 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Karkówka pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej 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) Poledwica drobiowa 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] 2 636,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 95,3 Tłuszcz [g] 101,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3 Węglowodany ogółem [g] 353,6 suma cukrów prostych [g] 84,5 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
	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) Serek wiejski lekki z koperkiem 60 g Pomidor 90 g Mix салат 10 g Cukier 15 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Szynka pieczona 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (MLE) Kasza jaglana na sypko 200 g 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) Poledwica drobiowa 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] 2 438,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,5 Tłuszcz [g] 72 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 356,5 suma cukrów prostych [g] 78,4 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
	D CUKRZYCOWA 5 POŚILKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka cygańska 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Karkówka pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Poledwica drobiowa 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] [kcal] 2 848,4 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 109,5 Tłuszcz [g] 113,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,9 Węglowodany ogółem [g] 373 suma cukrów prostych [g] 63,2 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 51,7
	D CUKRZYCOWA 6 POŚILKÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 300 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Ser żółty 45 g (MLE) Ogórek 90 g Mix салат 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Szynka cygańska 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Rzodkiewka 50 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Karkówka pieczona 100 g Sos chrzanowy 80 ml (JAJ, SOJ, MLE, GOR) Kasza pęczak na sypko 200 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Budyń b/c 150 ml (MLE)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Poledwica drobiowa 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) Hummus z papryką 50 g (SOJ) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 118,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 121,1 Tłuszcz [g] 120,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 52,5 Węglowodany ogółem [g] 415,1 suma cukrów prostych [g] 66 Sól [g] 9,3 Błonnik pokarmowy [g] 58,3

2025-04-06 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 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka z białej rzepy i jabłka 90 g Mix salat 10 g Cukier 15 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 120 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 1 g		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 jarzynowa z majonezem 100 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 569,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 92,8 Tłuszcz [g] 91 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,1 Węglowodany ogółem [g] 364,8 suma cukrów prostych [g] 82,6 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,6
	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) Schab po żydowsku 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Mix salat 10 g Cukier 15 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 120 g Ziemniaki 200 g Marchewka gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 1 g		Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 70 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka jarzynowa b/groszku z jogurtem naturalnym 2%tł. 100 g (JAJ, MLE, SEL) Szynka gotowana 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 411 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 92,9 Tłuszcz [g] 75 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Węglowodany ogółem [g] 355,6 suma cukrów prostych [g] 74,4 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	D CUKRZYCOWA 5 POSILKÓW	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka z białej rzepy i jabłka 90 g Mix salat 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Twarożek z pomidorami 50 g (MLE) Ogórek 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 120 g Ziemniaki 200 g Surówka z pora, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka gotowana 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa z majonezem 100 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 767,7 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 105,5 Tłuszcz [g] 99,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 Węglowodany ogółem [g] 390,5 suma cukrów prostych [g] 76,8 Sól [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 56
	D CUKRZYCOWA 6 POSILKÓW	Kakao na mleku 300 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab po żydowsku 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka z białej rzepy i jabłka 90 g Mix salat 10 g	Chleb razowy 80 g (GLU) Masło extra 82% 8 g (MLE) Twarożek z pomidorami 50 g (MLE) Ogórek 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem razowym zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (SOJ, MLE, SEL) Udko z kurczaka pieczone 120 g Ziemniaki 200 g Surówka z pora, marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kisiel b/c 200 ml	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Salatka jarzynowa z majonezem 100 g (JAJ, SOJ, SEL, GOR) Szynka gotowana 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Ser twarogowy w kawałku 40 g (MLE) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 951 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 115,9 Tłuszcz [g] 105,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6 Węglowodany ogółem [g] 414,3 suma cukrów prostych [g] 79,9 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 59,4

2025-04-07 poniedziałek	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) Pasta z twarogu z tuńczykiem 60 g (RYB, MLE) Mix салат 10 g Ogórek kiszony 90 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z szynki wieprzowej 180 g (SEL) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka Coleslaw 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) Szynka złota 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Bukiet warzyw 90 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g Mix салат 10 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 513,5 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 100,3 Tłuszcz [g] 70,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Węglowodany ogółem [g] 388,7 suma cukrów prostych [g] 92,4 Sól [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,9
	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) Pasta z twarogu z tuńczykiem 60 g (RYB, MLE) Mix салат 10 g Pomidor 90 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Gulasz z szynki wieprzowej 180 g (SEL) Kasza bulgur na sypko 200 g Fasolka szparagowa duet gotowana 130 g Kompot b/c 300 ml Cukier 15 g		Chleb bałtonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szynka złota 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Bukiet warzyw 90 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g Mix салат 10 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 659 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 104,7 Tłuszcz [g] 79,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Węglowodany ogółem [g] 395,7 suma cukrów prostych [g] 84,9 Sól [g] 14,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
	D CUKRZYCOWA 5 POŚILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z twarogu z tuńczykiem 60 g (RYB, 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 szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z szynki wieprzowej 180 g (SEL) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka Coleslaw 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) Szynka złota 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Mix салат 10 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 670,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 110,5 Tłuszcz [g] 80,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 Węglowodany ogółem [g] 403 suma cukrów prostych [g] 60,7 Sól [g] 18,3 Błonnik pokarmowy [g] 55,4
	D CUKRZYCOWA 6 POŚILKÓW	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Pasta z twarogu z tuńczykiem 60 g (RYB, 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 szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 12% tł. 400 ml (MLE, SEL) Gulasz z szynki wieprzowej 180 g (SEL) Kasza bulgur na sypko 200 g Surówka Coleslaw 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) Szynka złota 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 90 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Mix салат 10 g	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Pasta z białej fasoli z suszonymi sliwkami 50 g (SOJ) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 979,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 121,9 Tłuszcz [g] 89 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7 Węglowodany ogółem [g] 454,6 suma cukrów prostych [g] 66,4 Sól [g] 18,8 Błonnik pokarmowy [g] 65,4

2025-04-08 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) Szyńka 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) Polędwiczki 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) Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 100 g (JAJ, MLE) Szyńka bankietowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 641,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 113 Tłuszcz [g] 84,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Węglowodany ogółem [g] 378,2 suma cukrów prostych [g] 87,9 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,7
	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) Szyńka 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 kaszy jaglanej z ziemniakami 400 ml (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) Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 100 g (JAJ, MLE) Szyńka bankietowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 789,8 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 110,4 Tłuszcz [g] 89,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 Węglowodany ogółem [g] 398,5 suma cukrów prostych [g] 86,3 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
	D CUKRZYCOWA 5 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szyńka 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) Pomidor 30 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 jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 100 g (JAJ, MLE) Szyńka bankietowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 132,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 131 Tłuszcz [g] 103,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,2 Węglowodany ogółem [g] 445,1 suma cukrów prostych [g] 61,3 Sól [g] 9,2 Błonnik pokarmowy [g] 66,1
	D CUKRZYCOWA 6 POSIŁKÓW	Zupa mleczna z płatkami żytnimi 400 ml (MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Szyńka 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) Pomidor 30 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 jęczmienne 20 g (GLU)	Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Sałatka z kalafiora, pomidora i jajka z jogurtem naturalnym 2% tł. 100 g (JAJ, MLE) Szyńka bankietowa 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Herbata z cytryną b/cukru 350 ml	Chleb razowy 40 g (GLU) Masło extra 82% 4 g (MLE) Ser twarogowy w kawałku 40 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 315,6 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 141,4 Tłuszcz [g] 109,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 468,9 suma cukrów prostych [g] 64,4 Sól [g] 9,6 Błonnik pokarmowy [g] 69,5

2025-04-09 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) Rzodkiewka 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 spaghetti 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] [kcal] 2 744,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 103,3 Tłuszcz [g] 81,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Węglowodany ogółem [g] 418,3 suma cukrów prostych [g] 95,1 Sól [g] 9,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,9
	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 spaghetti 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] [kcal] 2 781,1 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 107,6 Tłuszcz [g] 80,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Węglowodany ogółem [g] 420,2 suma cukrów prostych [g] 87,9 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	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) Rzodkiewka 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 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] [kcal] 2 813,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 112,1 Tłuszcz [g] 93,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,5 Węglowodany ogółem [g] 407,3 suma cukrów prostych [g] 64,5 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 53,5
	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) Rzodkiewka 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 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	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 969,3 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 119,2 Tłuszcz [g] 98,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,2 Węglowodany ogółem [g] 429,8 suma cukrów prostych [g] 66,3 Sól [g] 9,7 Błonnik pokarmowy [g] 56,9

2025-04-10 czwartek	D PODSTAWOWA	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Chleb razowy 70 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bédnarza 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka z białej rzepy i jabłka 90 g Salata zielona 10 g Herbata z cytryną b/cukru 350 ml Cukier 15 g		Barszcz czerwony z ziemniakami zabiélaný smietaną 12%tł. 400 ml (MLE, SEL) Krokiety z mięsem 2 szt 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) 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] [kcal] 2 714,2 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 97 Tłuszcz [g] 104,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 365,2 suma cukrów prostych [g] 95,9 Sól [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,4
	D ŁATWOSTRAWNA	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 400 ml (MLE) Chleb baltonowski 90 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU, JAJ) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bédnarza 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 zabiélaný smietaną 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] [kcal] 2 631,9 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 98,3 Tłuszcz [g] 101,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 Węglowodany ogółem [g] 346,2 suma cukrów prostych [g] 85,9 Sól [g] 7,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	D CIKRYCOWA 5 POSILKÓW	Zupa mleczna z plátkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bédnarza 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka z białej rzepy i jabłka 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 z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kefir 200g 1 szt (MLE) Platki 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] [kcal] 3 091 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 125,5 Tłuszcz [g] 95,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,4 Węglowodany ogółem [g] 451,4 suma cukrów prostych [g] 67,2 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 65,1
	D CIKRYCOWA 6 POSILKÓW	Zupa mleczna z plátkami jęczmiennymi 400 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 160 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Schab bédnarza 45 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salatka z białej rzepy i jabłka 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 z kapusty pekińskiej z olejem rzepakowym 130 g Kompot b/c 300 ml	Kefir 200g 1 szt (MLE) Platki 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) Szyńska ślaska 20 g (GLU, SOJ, SEL, GOR) Salata zielona 5 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 3 247 Białko ogółem wg rozp. 1169/2011 [g] 132,6 Tłuszcz [g] 100,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,1 Węglowodany ogółem [g] 473,9 suma cukrów prostych [g] 69 Sól [g] 9,4 Błonnik pokarmowy [g] 68,5