

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-03-25 poniedziałek	Ł. Podstawowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Południca miodowa 50 g Rzodkiewka czerwona 90 g Owoc 70 g		Zupa zacierkowa 300 ml (GLU) Kotlet pożarski smażony 90 g (GLU, JAJ, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa 150 g (JAJ, GOR, S02) Pasta z makreli 60 g (JAJ, RYB, GOR)	Mus z banana 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 790,9 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 89,2 Węglowodany ogółem [g] 419,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Sól [g] 7 Sód [mg] 2 150 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 suma cukrów prostych [g] 108,4 WW [Por] 42,2
	Ł. Łatwo strawna	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Południca miodowa 50 g Pomidor 90 g Owoc 70 g		Zupa zacierkowa 300 ml (GLU) Pulpet drobiowy gotowany na parze 90 g (GLU, JAJ, MCK) Sos pietruszkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa - diety 150 g (JAJ, S02) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) 60 g (RYB)	Mus z banana 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 474,3 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 383,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,9 Sól [g] 4,6 Sód [mg] 1 312,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 suma cukrów prostych [g] 108,7 WW [Por] 38,6
	Ł. Cukrzycowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Południca miodowa 50 g Rzodkiewka czerwona 90 g Owoc 70 g	Owoc 50 g	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU) Pulpet drobiowy gotowany na parze 90 g (GLU, JAJ, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy b/c Ł 250 ml (S02)	Galaretka owocowa 150 g	Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa 150 g (JAJ, GOR, S02) Pasta z makreli 60 g (JAJ, RYB, GOR)	Kanapka (chleb raz/marg/ser żółty/salata) 70 g (GLU, MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 365,9 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 84,8 Węglowodany ogółem [g] 319 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Sól [g] 7,6 Sód [mg] 2 398,7 Błonnik pokarmowy [g] 41,9 suma cukrów prostych [g] 44,9 WW [Por] 31,9
	Ł. Wątrobowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Południca miodowa 50 g Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa zacierkowa 300 ml (GLU) Pulpet drobiowy gotowany na parze 90 g (GLU, JAJ, MCK) Sos pietruszkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa - diety 150 g (JAJ, S02) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) 60 g (RYB)	Mus z banana 100 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 514,3 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 70,7 Węglowodany ogółem [g] 385,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 Sól [g] 4,5 Sód [mg] 1 288,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 108,3 WW [Por] 39

2024-03-25 poniedziałek	Ł. Wzrostowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Polędwica miodowa 50 g Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa zacierkowa 300 ml (GLU) Pulpet drobiowy gotowany na parze 90 g (GLU, JAJ, MCK) Sos pietruszkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa - diety 150 g (JAJ, S02) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) 60 g (RYB)	Mus z banana 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 514,3 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 70,7 Węglowodany ogółem [g] 385,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 Sól [g] 4,5 Sód [mg] 1 288,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 108,3 WW [Por] 39
	Ł. Tłuszczowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Polędwica miodowa 50 g Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa zacierkowa 300 ml (GLU) Pulpet drobiowy gotowany na parze 90 g (GLU, JAJ, MCK) Sos pietruszkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa - diety 150 g (JAJ, S02) Pasta z ryby gotowanej (dorsz) 60 g (RYB)	Mus z banana 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 514,3 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 70,7 Węglowodany ogółem [g] 385,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 Sól [g] 4,5 Sód [mg] 1 288,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 108,3 WW [Por] 39
	Ł. Dziecięca	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Polędwica miodowa 50 g Pomidor 90 g Owoc 70 g	Ciastka kruche 30 g (GLU)	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU) Pulpet drobiowy gotowany na parze 90 g (GLU, JAJ, MCK) Sos pietruszkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Galaretki owocowa 150 g	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa - diety 150 g (JAJ, S02) Polędwica ani 50 g (SOJ)	Mus z banana 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 598,1 Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 76,9 Węglowodany ogółem [g] 402,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Sól [g] 5,6 Sód [mg] 1 260,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 suma cukrów prostych [g] 107,8 WW [Por] 40,5
2024-03-26 wtorek	Ł. Podstawowa	Zupa ml. z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Owoc 70 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pasta z ciecierzycy 60 g Rzodkiewka czerwona 100 g	Sok warzywny 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 263,3 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 357,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Sól [g] 4,7 Sód [mg] 1 817,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 suma cukrów prostych [g] 68,6 WW [Por] 35,8

2024-03-26 wtorek

Ł. Łatwo strawna	Zupa ml. z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor 80 g Owoc 70 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Marchewka gotowana na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa 50 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor 80 g	Sok warzywny 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1945,5 Białko ogółem [g] 81,2 Tłuszcz [g] 42,9 Węglowodany ogółem [g] 321,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Sól [g] 4,5 Sód [mg] 1 183,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 70,1 WW [Por] 32,3
Ł. Cukrzycowa	Zupa ml. z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Owoc 70 g	Owoc 50 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z czerwonej kapusty, marchwi i jabłka z olejem 140 g Kompot owocowy b/c Ł 250 ml (S02)		Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pasta z ciecierzycy 60 g Rzodkiewka czerwona 100 g	Kanapka (chleb raz/marg/jajko/sałata) 70 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 137,9 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 308,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Sól [g] 4,8 Sód [mg] 1 813 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 suma cukrów prostych [g] 43,6 WW [Por] 30,9
Ł. Wątrobowa	Zupa ml. z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor b/skóry 80 g Owoc 70 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Marchewka gotowana na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa 50 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor b/skóry 50 g	Sok warzywny 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 979,7 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 43,2 Węglowodany ogółem [g] 323,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Sól [g] 4,5 Sód [mg] 1 157,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 suma cukrów prostych [g] 68,9 WW [Por] 32,6
Ł. Wzrodowa	Zupa ml. z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor b/skóry 80 g Owoc 70 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Marchewka gotowana na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa 50 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor b/skóry 50 g	Sok warzywny 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 979,7 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 43,2 Węglowodany ogółem [g] 323,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Sól [g] 4,5 Sód [mg] 1 157,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 suma cukrów prostych [g] 68,9 WW [Por] 32,6

2024-03-26 wtorek	Ł. Trzuskowa		Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Marchewka gotowana na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa 50 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor b/skóry 50 g	Sok warzywny 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 979,7 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 43,2 Węglowodany ogółem [g] 323,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Sól [g] 4,5 Sód [mg] 1 157,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 suma cukrów prostych [g] 68,9 WW [Por] 32,6
	Ł. Dziecięca	Owoc 50 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Marchewka gotowana na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa 50 g (SOJ, MLE, SEL) Sałata masłowa 20 g Pomidor 80 g	Sok warzywny 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 083,9 Białko ogółem [g] 81,4 Tłuszcz [g] 43,1 Węglowodany ogółem [g] 356,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Sól [g] 4,5 Sód [mg] 1 202,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 suma cukrów prostych [g] 96,8 WW [Por] 35,7
2024-03-27 środa	Ł. Podstawowa		Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Risotto z warzywami i kurczakiem 300 g Jabłko 150 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Rolada z kurczakiem - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Dżem 30 g Pomidor 90 g	Mus z jabłka 100 g (S02)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 211,8 Białko ogółem [g] 74 Tłuszcz [g] 45,6 Węglowodany ogółem [g] 391,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Sól [g] 4,7 Sód [mg] 1 364,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 suma cukrów prostych [g] 96,1 WW [Por] 39
	Ł. Łatwo strawna		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (S02) Risotto z warzywami i kurczakiem 300 g Jabłko 150 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Rolada z kurczakiem - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 90 g	Mus z jabłka 100 g (S02)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 906,2 Białko ogółem [g] 61,1 Tłuszcz [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 326,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Sól [g] 3,9 Sód [mg] 1 067,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,2 suma cukrów prostych [g] 76,1 WW [Por] 32,7

2024-03-27 środa

Ł. Cukrzykowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Rzodkiewka czerwona 80 g Owoc 70 g	Owoc 50 g	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem 300 g Jabłko 150 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Jogurt naturalny 100 ml (MLE)	Herbata z cukrem 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Rolada z kurczakiem - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 90 g	Kanapka (chleb raz/marg/wędlina/sałata) 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 076,4 Białko ogółem [g] 77,4 Tłuszcz [g] 52,2 Węglowodany ogółem [g] 343 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Sól [g] 5,6 Sód [mg] 1 362,1 Błonnik pokarmowy [g] 45,3 suma cukrów prostych [g] 83,1 WW [Por] 34,2
Ł. Wątrbowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Białko jaja 2 połówki 1 szt (JAJ) Salata masłowa 20 g Pomidor b/skóry 80 g Owoc 70 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (S02) Risotto z warzywami i kurczakiem 300 g Jabłko gotowane 150 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Rolada z kurczakiem - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor b/skóry 90 g	Mus z jabłka 100 g (S02)	Wartość energetyczna[kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 65,1 Tłuszcz [g] 44 Węglowodany ogółem [g] 329,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Sól [g] 3,9 Sód [mg] 1 043,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 75,7 WW [Por] 33,1
Ł. Wierzdowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Białko jaja 2 połówki 1 szt (JAJ) Salata masłowa 20 g Pomidor b/skóry 80 g Owoc 70 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (S02) Risotto z warzywami i kurczakiem 300 g Jabłko gotowane 150 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Rolada z kurczakiem - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor b/skóry 90 g	Mus z jabłka 100 g (S02)	Wartość energetyczna[kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 65,1 Tłuszcz [g] 44 Węglowodany ogółem [g] 329,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Sól [g] 3,9 Sód [mg] 1 043,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 75,7 WW [Por] 33,1
Ł. Trzuskowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Białko jaja 2 połówki 1 szt (JAJ) Salata masłowa 20 g Pomidor b/skóry 80 g Owoc 70 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (S02) Risotto z warzywami i kurczakiem 300 g Jabłko gotowane 150 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Rolada z kurczakiem - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor b/skóry 90 g	Mus z jabłka 100 g (S02)	Wartość energetyczna[kcal] 1 946,2 Białko ogółem [g] 65,1 Tłuszcz [g] 44 Węglowodany ogółem [g] 329,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Sól [g] 3,9 Sód [mg] 1 043,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 75,7 WW [Por] 33,1

2024-03-27 środa	Ł. Dziecięca	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Salata masłowa 20 g Pomidor 80 g Owoc 70 g	Owoc 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (S02) Risotto z warzywami i kurczakiem 300 g Jabłko 150 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Rolada z kurczakiem - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 90 g	Mus z jabłka 100 g (S02)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 010,2 Białko ogółem [g] 64,5 Tłuszcz [g] 45,4 Węglowodany ogółem [g] 345,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Sól [g] 4 Sód [mg] 1 068,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 81 WW [Por] 34,6
	Ł. Podstawowa	Zupa ml. z płatkami owsianymi 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pasztet pieczony drobiowy 50 g Rzodkiewka czerwona 80 g Owoc 70 g		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Ogórek kiszony 100 g	Maślanka 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 267,5 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 351,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Sól [g] 7,3 Sód [mg] 2 411 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 suma cukrów prostych [g] 68,6 WW [Por] 35,1
	Ł. Łatwo strawna	Zupa ml. z płatkami owsianymi 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Połędwica z kurcząt 50 g (SOJ) Pomidor 90 g Owoc 70 g		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 80 g	Maślanka 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 019,6 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 320,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Sól [g] 5,5 Sód [mg] 1 217 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 71 WW [Por] 32
	Ł. Cukrzycowa	Zupa ml. z płatkami owsianymi 300 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Połędwica z kurcząt 50 g (SOJ) Rzodkiewka czerwona 80 g Owoc 70 g	Owoc 50 g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy b/c Ł 250 ml (S02)	Kisiel z tartym jabłkiem 150 ml	Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Ogórek kiszony 100 g	Kanapka (chleb raz/marg/wędlina/sałata) 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 018,6 Białko ogółem [g] 80,3 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 320,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Sól [g] 8,7 Sód [mg] 2 203 Błonnik pokarmowy [g] 41,7 suma cukrów prostych [g] 65,4 WW [Por] 32,1

2024-03-28 czwartek	Ł. Wątrobowia	Zupa ml. z płatkami owsianymi 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Polędwica z kurcząt 50 g (SOJ) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor b/skóry 80 g	Maślanka 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 059,6 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 323 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Sól [g] 5,5 Sód [mg] 1 193 Błonnik pokarmowy [g] 23 suma cukrów prostych [g] 70,6 WW [Por] 32,4
	Ł. Wrzodowa	Zupa ml. z płatkami owsianymi 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Polędwica z kurcząt 50 g (SOJ) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor b/skóry 80 g	Maślanka 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 059,6 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 323 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Sól [g] 5,5 Sód [mg] 1 193 Błonnik pokarmowy [g] 23 suma cukrów prostych [g] 70,6 WW [Por] 32,4
	Ł. Trzuskowa	Zupa ml. z płatkami owsianymi 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Polędwica z kurcząt 50 g (SOJ) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor b/skóry 80 g	Maślanka 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 059,6 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 323 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Sól [g] 5,5 Sód [mg] 1 193 Błonnik pokarmowy [g] 23 suma cukrów prostych [g] 70,6 WW [Por] 32,4
	Ł. Dziecięca	Zupa ml. z płatkami owsianymi 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Polędwica z kurcząt 50 g (SOJ) Pomidor 90 g Owoc 70 g	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Kisiel z tartym jabłkiem 150 ml	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 80 g	Maślanka 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 240,5 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 347,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Sól [g] 5,6 Sód [mg] 1 232,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 suma cukrów prostych [g] 92,2 WW [Por] 34,7

2024-03-29 piątek	Ł. Podstawowa	Zupa ml. z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Owoc 70 g Rzodkiewka czerwona 100		Zupa fasolowa z fasolką szparagową 300 ml (MLE, S02) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300 g (S02) Sos jogurtowy na słodko 50 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB) Pomidor 90	Sok owocowy 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 139,1 Białko ogółem [g] 61,3 Tłuszcz [g] 39,1 Węglowodany ogółem [g] 394,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 Sól [g] 4,4 Sód [mg] 1 760,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 93,2 WW [Por] 39,6
	Ł. Łatwo strawna	Zupa ml. z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Owoc 70 g Salata masłowa 20 Pomidor 80 g		Zupa ziemniaczana 300 ml (MLE, S02) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300 g (S02) Sos jogurtowy na słodko 50 g (MLE) Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB) Pomidor 90	Sok owocowy 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 272,2 Białko ogółem [g] 62,4 Tłuszcz [g] 38,5 Węglowodany ogółem [g] 425,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Sól [g] 3,7 Sód [mg] 1 486,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 suma cukrów prostych [g] 92 WW [Por] 42,6
	Ł. Cukrzycowa	Zupa ml. z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Owoc 70 g Rzodkiewka czerwona 100	Owoc 50 g	Zupa fasolowa z fasolką szparagową 300 ml (MLE, S02) Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300 g (S02) Ryż na sypko 200 g Sos jogurtowy b/c 50 g (MLE) Kompot owocowy b/c Ł 250 ml (S02)	Budyń waniliowy b/c 150 ml (MLE)	Pomidor 90 Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB)	Kanapka (chleb raz/marg/wędlina/salata) 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 330,2 Białko ogółem [g] 75,5 Tłuszcz [g] 46,5 Węglowodany ogółem [g] 419,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Sól [g] 5,4 Sód [mg] 1 822,7 Błonnik pokarmowy [g] 43,6 suma cukrów prostych [g] 56 WW [Por] 42
	Ł. Wątrobowa	Zupa ml. z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pasta z białka jaja 60 g (JAJ) Owoc 70 g Salata masłowa 20 Pomidor b/skóry 80 g		Zupa ziemniaczana 300 ml (MLE, S02) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300 g (S02) Sos jogurtowy na słodko 50 g (MLE) Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Pomidor b/skóry 90 Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB)	Sok owocowy 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 358,7 Białko ogółem [g] 64,8 Tłuszcz [g] 45,4 Węglowodany ogółem [g] 427 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Sól [g] 3,8 Sód [mg] 1 440,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,4 suma cukrów prostych [g] 90 WW [Por] 42,8

2024-03-29 piątek	Ł. Wzrodowa	Zupa ml. z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pasta z białka jaja 60 g (JAJ) Owoc 70 g Sałata masłowa 20 g Pomidor b/skóry 80 g		Zupa ziemniaczana 300 ml (MLE, S02) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300 g (S02) Sos jogurtowy na słodko 50 g (MLE) Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Pomidor b/skóry 90 g Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB)	Sok owocowy 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 358,7 Białko ogółem [g] 64,8 Tłuszcz [g] 45,4 Węglowodany ogółem [g] 427 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Sól [g] 3,8 Sód [mg] 1 440,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,4 suma cukrów prostych [g] 90 WW [Por] 42,8
	Ł. Trzustkowa	Zupa ml. z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pasta z białka jaja 60 g (JAJ) Owoc 70 g Sałata masłowa 20 g Pomidor b/skóry 80 g		Zupa ziemniaczana 300 ml (MLE, S02) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300 g (S02) Sos jogurtowy na słodko 50 g (MLE) Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Pomidor b/skóry 90 g Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB)	Sok owocowy 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 358,7 Białko ogółem [g] 64,8 Tłuszcz [g] 45,4 Węglowodany ogółem [g] 427 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Sól [g] 3,8 Sód [mg] 1 440,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,4 suma cukrów prostych [g] 90 WW [Por] 42,8
	Ł. Dziecięca	Zupa ml. z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Owoc 70 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 80 g	Owoc 50 g	Zupa ziemniaczana 300 ml (MLE, S02) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300 g (S02) Sos jogurtowy na słodko 50 g (MLE) Ryż na sypko 200 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Budyń waniliowy 150 ml (MLE)	Pomidor 90 g Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB)	Sok owocowy 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 444,1 Białko ogółem [g] 67 Tłuszcz [g] 41,3 Węglowodany ogółem [g] 458,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 Sól [g] 3,8 Sód [mg] 1 545,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 suma cukrów prostych [g] 112,8 WW [Por] 45,9
2024-03-30 sobota	Ł. Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Majonez 15 g (JAJ, GOR) Pomidor 90 g Owoc 70 g		Zupa krupnik ryżowy 300 ml Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Rzodkiewka czerwona 100 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 224,5 Białko ogółem [g] 80,6 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 330,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Sól [g] 4,8 Sód [mg] 1 789,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 67,1 WW [Por] 33

2024-03-30 sobota

Ł. Łatwo strawna	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Pomidor 90 g Owoc 70 g		Zupa krupnik ryżowy 300 ml Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 014,8 Białko ogółem [g] 67,5 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 298,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Sól [g] 3,3 Sód [mg] 1 248 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 suma cukrów prostych [g] 67,4 WW [Por] 29,8
Ł. Cukrzycowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Pomidor 90 g Owoc 70 g	Owoc 50 g	Zupa krupnik ryżowy 300 ml Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Kompot owocowy b/c Ł 250 ml (S02)	Galaretki owocowa 150 g	Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Rzodkiewka czerwona 100 g	Kanapka (chleb raz/marg/jajko/sałata) 70 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 833,5 Białko ogółem [g] 68,4 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 244 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Sól [g] 3,3 Sód [mg] 1 167,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 suma cukrów prostych [g] 38 WW [Por] 24,2
Ł. Wątrobowa	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Białko jaja 2 połówki 1 szt (JAJ) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa krupnik ryżowy 300 ml Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor b/skóry 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 054,8 Białko ogółem [g] 71,5 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 301,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Sól [g] 3,3 Sód [mg] 1 224 Błonnik pokarmowy [g] 15,3 suma cukrów prostych [g] 67 WW [Por] 30,2
Ł. Wrzodowa	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Białko jaja 2 połówki 1 szt (JAJ) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa krupnik ryżowy 300 ml Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Sałata masłowa 20 g Pomidor b/skóry 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 054,8 Białko ogółem [g] 71,5 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 301,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Sól [g] 3,3 Sód [mg] 1 224 Błonnik pokarmowy [g] 15,3 suma cukrów prostych [g] 67 WW [Por] 30,2

2024-03-30 sobota	Ł. Trzuskowa	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Białko jaja 2 połówki 1 szt (JAJ) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa krupnik ryżowy 300 ml Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor b/skóry 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 054,8 Białko ogółem [g] 71,5 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 301,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Sól [g] 3,3 Sód [mg] 1 224 Błonnik pokarmowy [g] 15,3 suma cukrów prostych [g] 67 WW [Por] 30,2
	Ł. Dziecięca	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Pomidor 90 g Owoc 70 g	Ciastka kruche 30 g (GLU)	Zupa krupnik ryżowy 300 ml Makaron ze szpinakiem i twarogiem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Galaretka owocowa 150 g	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Salata masłowa 20 g Pomidor 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 160 Białko ogółem [g] 69,3 Tłuszcz [g] 71,2 Węglowodany ogółem [g] 317,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Sól [g] 3,3 Sód [mg] 1 248 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 suma cukrów prostych [g] 67,4 WW [Por] 31,6
2024-03-31 niedziela	Ł. Podstawowa	Zupa żurek z jajkiem i kiebasą 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 30 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 90 g Owoc 70 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, MCK) Udko duszone 100 g Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Salatka jarzynowa 100 g (JAJ, GOR, S02) Łopatka prasowana - wędlina 30 g (SOJ, SEL)	Chrupki kukurydziane 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 576,4 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 405 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Sól [g] 5,9 Sód [mg] 1 691 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 suma cukrów prostych [g] 71,8 WW [Por] 40,8
	Ł. Łatwo strawna	Zupa żurek z jajkiem i kiebasą 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 30 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 90 g Owoc 70 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, MCK) Udko duszone 100 g Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Salatka jarzynowa 100 g (JAJ, GOR, S02) Łopatka prasowana - wędlina 30 g (SOJ, SEL)	Chrupki kukurydziane 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 440,2 Białko ogółem [g] 82,7 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 374,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Sól [g] 5,2 Sód [mg] 1 416,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 suma cukrów prostych [g] 70,8 WW [Por] 37,7

2024-03-31 niedziela

Ł. Cukrzykowa	Zupa żurek z jajkiem i kielbasą 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 30 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 90 g Owoc 70 g	Owoc 50 g	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, MCK) Udko duszone 100 g Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy b/c Ł. 250 ml (S02)	Kisiel owocowy b/c 150 ml	Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, GOR, S02) Łopatka prasowana - wędlina 30 g (SOJ, SEL)	Kanapka (chleb raz/marg/ser żółty/sałata) 70 g (GLU, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 450 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 353 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Sól [g] 6,5 Sód [mg] 1 970,6 Błonnik pokarmowy [g] 43,9 suma cukrów prostych [g] 61,1 WW [Por] 35,5
Ł. Wątrbowa	Zupa żurek z jajkiem i kielbasą 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 30 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, MCK) Udko duszone 100 g Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł. 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, GOR, S02) Łopatka prasowana - wędlina 30 g (SOJ, SEL)	Chrupki kukurydziane 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 480,2 Białko ogółem [g] 86,7 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 377,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Sól [g] 5,1 Sód [mg] 1 392,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 suma cukrów prostych [g] 70,4 WW [Por] 38,1
Ł. Wirszowa	Zupa żurek z jajkiem i kielbasą 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 30 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, MCK) Udko duszone 100 g Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł. 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, GOR, S02) Łopatka prasowana - wędlina 30 g (SOJ, SEL)	Chrupki kukurydziane 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 480,2 Białko ogółem [g] 86,7 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 377,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Sól [g] 5,1 Sód [mg] 1 392,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 suma cukrów prostych [g] 70,4 WW [Por] 38,1
Ł. Trzuskowa	Zupa żurek z jajkiem i kielbasą 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 30 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, MCK) Udko duszone 100 g Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł. 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, GOR, S02) Łopatka prasowana - wędlina 30 g (SOJ, SEL)	Chrupki kukurydziane 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 480,2 Białko ogółem [g] 86,7 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 377,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8 Sól [g] 5,1 Sód [mg] 1 392,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 suma cukrów prostych [g] 70,4 WW [Por] 38,1

2024-03-31 niedziela	Ł. Dziecięca	Zupa żurek z jajkiem i kielbasą 300 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, S02) Kawa zbozowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 30 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor 90 g Owoc 70 g	Owoc 50 g	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, MCK) Udko duszone 100 g Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, GOR, S02) Łopatką prasowana - wędlina 30 g (SOJ, SEL)	Chrupki kukurydziane 30 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 578,6 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 408,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Sól [g] 5,2 Sód [mg] 1 435,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 suma cukrów prostych [g] 97,5 WW [Por] 41,1
	Ł. Podstawowa	Zupa ml. z kaszą manna 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica ani 30 g (SOJ) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Rzodkiewka biała 90 g Owoc 70 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Kotlet mielony smażony 90 g (GLU, JAJ, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Bukiet jarzyn gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica z kurczątkami 30 g (SOJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, GOR, S02)	Jogurt naturalny 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 571 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 376,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Sól [g] 5,5 Sód [mg] 1 474,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 suma cukrów prostych [g] 69,1 WW [Por] 37,8
2024-04-01 poniedziałek	Ł. Łatwo strawna	Zupa ml. z kaszą manna 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Poledwica ani 30 g (SOJ) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Pulpet wieprzowy gotowany na parze 90 g (GLU, JAJ, MCK) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Bukiet jarzyn gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Poledwica z kurczątkami 30 g (SOJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, GOR, S02)	Jogurt naturalny 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 357,6 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 79,8 Węglowodany ogółem [g] 345,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Sól [g] 4,7 Sód [mg] 1 172,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 68,7 WW [Por] 34,6
	Ł. Cukrzycowa	Zupa ml. z kaszą manna 300 ml (GLU, MLE) Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Poledwica ani 30 g (SOJ) Rzodkiewka biała 90 g Owoc 70 g	Owoc 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Pulpet wieprzowy gotowany na parze 90 g (GLU, JAJ, MCK) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Bukiet jarzyn gotowany na parze 140 g Kompot owocowy b/c Ł 250 ml (S02)	Koktajl owocowy 150 ml (MLE)	Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica z kurczątkami 30 g (SOJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, GOR, S02)	Kanapka (chleb raz/marg/wędlina/sałata) 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 372,7 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 84,4 Węglowodany ogółem [g] 335,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Sól [g] 6,5 Sód [mg] 1 448,5 Błonnik pokarmowy [g] 42,9 suma cukrów prostych [g] 46,7 WW [Por] 33,7

2024-04-01 poniedziałek	Ł. Wątróbowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Białko jaja 2 połówki 1 szt (JAJ) Poledwica ani 30 g (SOJ) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Pulpet wieprzowy gotowany na parze 90 g (GLU, JAJ, MCK) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Bukiet jarzyn gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica z kurcząt 30 g (SOJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, GOR, S02)	Jogurt naturalny 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 397,6 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 347,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Sól [g] 4,7 Sód [mg] 1 148,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 68,3 WW [Por] 35
	Ł. Wrzodowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Białko jaja 2 połówki 1 szt (JAJ) Poledwica ani 30 g (SOJ) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Pulpet wieprzowy gotowany na parze 90 g (GLU, JAJ, MCK) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Bukiet jarzyn gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica z kurcząt 30 g (SOJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, GOR, S02)	Jogurt naturalny 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 397,6 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 347,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Sól [g] 4,7 Sód [mg] 1 148,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 68,3 WW [Por] 35
	Ł. Trzuskowa	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Białko jaja 2 połówki 1 szt (JAJ) Poledwica ani 30 g (SOJ) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Pulpet wieprzowy gotowany na parze 90 g (GLU, JAJ, MCK) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Bukiet jarzyn gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica z kurcząt 30 g (SOJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, GOR, S02)	Jogurt naturalny 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 397,6 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 347,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Sól [g] 4,7 Sód [mg] 1 148,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 68,3 WW [Por] 35
	Ł. Dziecięca	Zupa ml. z kaszą manną 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Poledwica ani 30 g (SOJ) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g	Ciastka kruche 30 g (GLU)	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, MLE) Pulpet wieprzowy gotowany na parze 90 g (GLU, JAJ, MCK) Sos koperkowy 100 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Bukiet jarzyn gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Koktajl owocowy 150 ml (MLE)	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Poledwica z kurcząt 30 g (SOJ) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, GOR, S02)	Jogurt naturalny 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 592,4 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 89,6 Węglowodany ogółem [g] 373,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Sól [g] 4,9 Sód [mg] 1 172,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 70,9 WW [Por] 37,4

2024-04-02 wtorek	Ł. Podstawowa	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Rzodkiewka czerwona 90 g Owoc 70 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Gulasz z żołądków drobiowych duszony 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Salatka z buraków i jabłka z olejem 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa 50 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 80 g	Mus z banana 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 285,9 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 47,2 Węglowodany ogółem [g] 394,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Sól [g] 5,1 Sód [mg] 1 459,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 suma cukrów prostych [g] 112,8 WW [Por] 39,7
	Ł. Łatwo strawna	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Gulasz z żołądków drobiowych duszony 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Salatka z buraków i jabłka z olejem 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa 50 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 80 g	Mus z banana 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 145,7 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 46 Węglowodany ogółem [g] 362,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Sól [g] 4,5 Sód [mg] 1 179,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 112,2 WW [Por] 36,4
	Ł. Cukrzycowa	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Rzodkiewka czerwona 90 g Owoc 70 g	Owoc 50 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Gulasz z żołądków drobiowych duszony 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Salatka z buraków i jabłka z olejem 140 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Kisiel owocowy b/c 150 ml	Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa 50 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 80 g	Kanapka (chleb raz/marg/ser żółty/salata) 70 g (GLU, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 029,4 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 55,6 Węglowodany ogółem [g] 310,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Sól [g] 5,9 Sód [mg] 1 741,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,3 suma cukrów prostych [g] 65,4 WW [Por] 31
	Ł. Wątrobowa	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Gulasz z żołądków drobiowych duszony 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Salatka z buraków i jabłka z olejem 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa 50 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor b/skóry 80 g	Mus z banana 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 185,7 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 365,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Sól [g] 4,4 Sód [mg] 1 155,4 Błonnik pokarmowy [g] 23 suma cukrów prostych [g] 111,8 WW [Por] 36,8

2024-04-02 wtorek	Ł. Wzrostowa	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Gulasz z żołądków drobiowych duszony 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Salatka z buraków i jabłka z olejem 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa 50 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor b/skóry 80 g	Mus z banana 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 185,7 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 365,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Sól [g] 4,4 Sód [mg] 1 155,4 Błonnik pokarmowy [g] 23 suma cukrów prostych [g] 111,8 WW [Por] 36,8
	Ł. Trzustkowa	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Gulasz z żołądków drobiowych duszony 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Salatka z buraków i jabłka z olejem 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa 50 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor b/skóry 80 g	Mus z banana 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 185,7 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 365,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Sól [g] 4,4 Sód [mg] 1 155,4 Błonnik pokarmowy [g] 23 suma cukrów prostych [g] 111,8 WW [Por] 36,8
	Ł. Dziecięca	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Rzodkiewka czerwona 90 g Owoc 70 g	Owoc 50 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Gulasz z żołądków drobiowych duszony 150 g (GLU) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Salatka z buraków i jabłka z olejem 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Szynka konserwowa wieprzowa 50 g (SOJ, MLE, SEL) Pomidor 80 g	Mus z banana 100 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 288,1 Białko ogółem [g] 84,5 Tłuszcz [g] 46,3 Węglowodany ogółem [g] 398,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Sól [g] 4,5 Sód [mg] 1 204,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 suma cukrów prostych [g] 138,5 WW [Por] 39,9
2024-04-03 środa	Ł. Podstawowa	Zupa ml. z płatkami owsianymi 300 ml (GLU, MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pasztecik pieczony drobiowy 50 g Papryka świeża 80 g Salata masłowa 20 g Owoc 70 g		Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 90 g Ziemniaki 200 g (S02) Fasolka szparagowa gotowana na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Dżem 30 g Pomidor 80 g	Sok owocowy 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 218,4 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 47,6 Węglowodany ogółem [g] 369,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,6 Sól [g] 3,9 Sód [mg] 1 583,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 112,7 WW [Por] 37,1

2024-04-03 środa	Ł. Łatwo strawna		Zupa ziemniaczana 300 ml (MLE, S02) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 90 g Ziemniaki 200 g (S02) Fasolka szparagowa gotowana na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Dżem 30 g Pomidor 80 g	Sok owocowy 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1985,7 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 35,2 Węglowodany ogółem [g] 339,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Sól [g] 4,2 Sód [mg] 1 089 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 suma cukrów prostych [g] 108,3 WW [Por] 34,2
	Ł. Cukrzycowa	Owoc 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 90 g Ziemniaki 200 g (S02) Fasolka szparagowa gotowana na parze 140 g Kompot owocowy b/c Ł 250 ml (S02)	Jogurt naturalny 100 ml (MLE)	Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Pomidor 80 g	Kanapka (chleb raz/marg/wędlina/sałata) 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Wartość energetyczna [kcal] 1 820 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 42,4 Węglowodany ogółem [g] 277,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Sól [g] 5,7 Sód [mg] 1 357,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 suma cukrów prostych [g] 43,3 WW [Por] 27,9
	Ł. Wątrobowa		Zupa ziemniaczana 300 ml (MLE, S02) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 90 g Ziemniaki 200 g (S02) Kalafior gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Dżem 30 g Pomidor b/skóry 80 g	Sok owocowy 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 010,6 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 338,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Sól [g] 4,3 Sód [mg] 1 091,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 suma cukrów prostych [g] 108,1 WW [Por] 34,3
	Ł. Wrzodowa		Zupa ziemniaczana 300 ml (MLE, S02) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 90 g Ziemniaki 200 g (S02) Kalafior gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Pomidor b/skóry 80 g	Sok owocowy 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 935,6 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 35,5 Węglowodany ogółem [g] 319,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Sól [g] 4,3 Sód [mg] 1 091 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 suma cukrów prostych [g] 89,7 WW [Por] 32,4

2024-04-03 środa	Ł. Trzuskowa		Zupa ziemniaczana 300 ml (MLE, S02) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 90 g Ziemniaki 200 g (S02) Kalafior gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Dżem 30 g Pomidor b/skóry 80 g	Sok owocowy 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 010,6 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 35,6 Węglowodany ogółem [g] 338,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,8 Sól [g] 4,3 Sód [mg] 1 091,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 suma cukrów prostych [g] 108,1 WW [Por] 34,3
	Ł. Dziecięca	Owoc 50 g	Zupa ziemniaczana 300 ml (MLE, S02) Filet z piersi kurczaka gotowany na parze 90 g Ziemniaki 200 g (S02) Fasolka szparagowa gotowana na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pasta twarogowa 50 g (MLE) Dżem 30 g Pomidor 80 g	Sok owocowy 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 089,7 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 37 Węglowodany ogółem [g] 358,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Sól [g] 4,3 Sód [mg] 1 090 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 113,2 WW [Por] 36,1
2024-04-04 czwartek	Ł. Podstawowa		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02) Sos własny 100 ml (GLU)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Pomidor 80 g	Maślanka 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 416,5 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 82,5 Węglowodany ogółem [g] 346,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,9 Sól [g] 6 Sód [mg] 1 880,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 suma cukrów prostych [g] 65,6 WW [Por] 34,7
	Ł. Łatwo strawna		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02) Sos własny 100 ml (GLU)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Pomidor 80 g	Maślanka 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 317,4 Białko ogółem [g] 80,7 Tłuszcz [g] 86,6 Węglowodany ogółem [g] 314,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Sól [g] 4,7 Sód [mg] 1 378,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 suma cukrów prostych [g] 65,7 WW [Por] 31,5

Ł. Cukrzykowa	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Rzodkiewka biała 90 g Owoc 70 g	Owoc 50 g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02) Sos własny 100 ml (GLU)	Kisiel z tartym jabłkiem 150 ml	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Pomidor 80 g	Kanapka (chleb raz/marg/wędlina/salata) 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 428,1 Białko ogółem [g] 82,4 Tłuszcz [g] 88,2 Węglowodany ogółem [g] 342,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,5 Sól [g] 5,9 Sód [mg] 1 603,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 suma cukrów prostych [g] 82,4 WW [Por] 34,2
Ł. Wątróbowa	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02) Sos własny 100 ml (GLU)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Pomidor b/skóry 80 g	Maślanka 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 357,4 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 317,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Sól [g] 4,7 Sód [mg] 1 354,4 Błonnik pokarmowy [g] 17,6 suma cukrów prostych [g] 65,3 WW [Por] 31,9
Ł. Wirzodowa	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02) Sos własny 100 ml (GLU)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Pomidor b/skóry 80 g	Maślanka 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 357,4 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 317,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Sól [g] 4,7 Sód [mg] 1 354,4 Błonnik pokarmowy [g] 17,6 suma cukrów prostych [g] 65,3 WW [Por] 31,9
Ł. Trzustkowa	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Pomidor b/skóry 90 g Owoc 70 g		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02) Sos własny 100 ml (GLU)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Pomidor b/skóry 80 g	Maślanka 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 357,4 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 317,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Sól [g] 4,7 Sód [mg] 1 354,4 Błonnik pokarmowy [g] 17,6 suma cukrów prostych [g] 65,3 WW [Por] 31,9

2024-04-04 czwartek	Ł. Dziecięca	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Pieczeń wiedeńska - wędlina 50 g (GLU, SOJ, SEL) Rzodkiewka biała 90 g Owoc 70 g	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Pieczeń rzymska 100 g (GLU, JAJ, MCK) Ziemniaki 200 g (S02) Salata lodowa z warzywami i sosem vinegret 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02) Sos własny 100 ml (GLU)	Kisiel z tartym jabłkiem 150 ml	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Pomidor 80 g	Maślanka 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 542,2 Białko ogółem [g] 84,1 Tłuszcz [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 343,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Sól [g] 4,9 Sód [mg] 1 399,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 suma cukrów prostych [g] 86,4 WW [Por] 34,3
	Ł. Podstawowa	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ, GOR) Majonez 15 g (JAJ, GOR) Pomidor 90 g Owoc 70 g		Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml (MLE, S02) Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 70 g (GLU, JAJ, RYB, MCK) Sos pomidorowy 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 (S02) Surówka z selera z jabłkiem i olejem 140 g (SEL, S02) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Twaróg 60 g (MLE) Ogórek świeży 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 231,9 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 360 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,4 Sól [g] 4 Sód [mg] 1 472,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,5 suma cukrów prostych [g] 71,9 WW [Por] 36,1
	Ł. Łatwo strawna	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Pomidor 90 g Owoc 70 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (S02) Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 70 g (GLU, JAJ, RYB, MCK) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02) Sos pomidorowy 60 ml (GLU) Surówka z selera z jabłkiem i olejem 140 g (SEL, S02) Ziemniaki 200 (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Twaróg 60 g (MLE) Pomidor 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 907,4 Białko ogółem [g] 72,3 Tłuszcz [g] 45,6 Węglowodany ogółem [g] 314,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Sól [g] 3,2 Sód [mg] 1 177,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 suma cukrów prostych [g] 70,7 WW [Por] 31,7
	Ł. Cukrzycowa	Zupa ml. z ryżem 300 ml (MLE) Herbata b/c 250 ml (GLU) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Pomidor 90 g Owoc 70 g	Owoc 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (S02) Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 70 g (GLU, JAJ, RYB, MCK) Sos pomidorowy 60 ml (GLU) Surówka z selera z jabłkiem i olejem 140 g (SEL, S02) Kompot owocowy b/c Ł 250 ml (S02) Ziemniaki 200 (S02)	Budyń waniliowy b/c 150 ml (MLE)	Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Twaróg 60 g (MLE) Pomidor 80 g	Kanapka (chleb raz/marg/ser żółty/salata) 70 g (GLU, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 039,5 Białko ogółem [g] 83,3 Tłuszcz [g] 56,5 Węglowodany ogółem [g] 318,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Sól [g] 4,6 Sód [mg] 1 737,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,8 suma cukrów prostych [g] 58,5 WW [Por] 32

2024-04-05 piątek	Ł. Wątrobowia		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (S02) Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 70 g (GLU, JAJ, RYB, MCK) Sos pomidorowy 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 (S02) Surówka z selera z jabłkiem i olejem 140 g (SEL, S02) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Twaróg 60 g (MLE) Pomidor b/skóry 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1947,4 Białko ogółem [g] 76,3 Tłuszcz [g] 46 Węglowodany ogółem [g] 317,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Sól [g] 3,2 Sód [mg] 1 153,8 Błonnik pokarmowy [g] 22 suma cukrów prostych [g] 70,3 WW [Por] 32,1
	Ł. Wrzodowa		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (S02) Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 70 g (GLU, JAJ, RYB, MCK) Sos pomidorowy 60 ml (GLU) Surówka z selera z jabłkiem i olejem 140 g (SEL, S02) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02) Ziemniaki 200 (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Twaróg 60 g (MLE) Pomidor b/skóry 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1947,4 Białko ogółem [g] 76,3 Tłuszcz [g] 46 Węglowodany ogółem [g] 317,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Sól [g] 3,2 Sód [mg] 1 153,8 Błonnik pokarmowy [g] 22 suma cukrów prostych [g] 70,3 WW [Por] 32,1
	Ł. Trzaskowa		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (S02) Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 70 g (GLU, JAJ, RYB, MCK) Sos pomidorowy 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 (S02) Surówka z selera z jabłkiem i olejem 140 g (SEL, S02) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Twaróg 60 g (MLE) Pomidor b/skóry 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1947,4 Białko ogółem [g] 76,3 Tłuszcz [g] 46 Węglowodany ogółem [g] 317,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Sól [g] 3,2 Sód [mg] 1 153,8 Błonnik pokarmowy [g] 22 suma cukrów prostych [g] 70,3 WW [Por] 32,1
	Ł. Dziecięca	Owoc 50 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (S02) Pulpet rybny gotowany na parze (miruna) 70 g (GLU, JAJ, RYB, MCK) Sos pomidorowy 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 (S02) Surówka z selera z jabłkiem i olejem 140 g (SEL, S02) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Budyń waniliowy 150 ml (MLE)	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Twaróg 60 g (MLE) Pomidor 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2079,3 Białko ogółem [g] 76,9 Tłuszcz [g] 48,4 Węglowodany ogółem [g] 347,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Sól [g] 3,3 Sód [mg] 1 236,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 91,5 WW [Por] 35

2024-04-06 sobota	Ł. Podstawowa					Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica z kurcząt 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g	Mus z jabłka 100 g (S02)	Wartość energetyczna[kcal] 2 371,1 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 361,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Sól [g] 7 Sód [mg] 2 324,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 70,1 WW [Por] 36,3
	Ł. Łatwo strawna					Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Poledwica z kurcząt 50 g (SOJ) Pomidor 80 g	Mus z jabłka 100 g (S02)	Wartość energetyczna[kcal] 2 129,8 Białko ogółem [g] 78,2 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 333,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Sól [g] 5 Sód [mg] 1 074,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 71,3 WW [Por] 33,5
	Ł. Cukrzycowa	Owoc 50 g			Galaretki owocowa 150 g	Herbata z cukrem 250 ml Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica z kurcząt 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g	Kanapka (chleb raz/marg/jajko/salata) 70 g (GLU, JAJ, MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 998,6 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 74,3 Węglowodany ogółem [g] 285,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Sól [g] 6,5 Sód [mg] 1 581 Błonnik pokarmowy [g] 32 suma cukrów prostych [g] 63,9 WW [Por] 28,6
	Ł. Wątrobowia					Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica z kurcząt 50 g (SOJ) Pomidor b/skóry 80 g	Mus z jabłka 100 g (S02)	Wartość energetyczna[kcal] 2 171,7 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 336,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Sól [g] 5 Sód [mg] 1 051,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 71,2 WW [Por] 33,9
	Ł. Podstawowa					Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (MLE) Makaron spaghetti z sosem bolognese 300 g (GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		
	Ł. Łatwo strawna					Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (MLE) Makaron spaghetti z sosem bolognese 300 g (GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		
	Ł. Cukrzycowa	Owoc 50 g			Galaretki owocowa 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (MLE) Makaron spaghetti z sosem bolognese 300 g (GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		
	Ł. Wątrobowia					Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (MLE) Makaron spaghetti z sosem bolognese 300 g (GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		

2024-04-06 sobota	Ł. Wzrostowa	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Łopatką prasowana - wędliana 50 g (SOJ, SEL) Pomidor b/skóry 90 g Sałata masłowa 10 g Owoc 70 g		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (MLE) Makaron spaghetti z sosem bolognese 300 g (GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica z kurcząt 50 g (SOJ) Pomidor b/skóry 80 g	Mus z jabłka 100 g (S02)	Wartość energetyczna[kcal] 2 171,7 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 336,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Sól [g] 5 Sód [mg] 1 051,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 71,2 WW [Por] 33,9
	Ł. Trzustkowa	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Łopatką prasowana - wędliana 50 g (SOJ, SEL) Pomidor b/skóry 90 g Sałata masłowa 10 g Owoc 70 g		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (MLE) Makaron spaghetti z sosem bolognese 300 g (GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Poledwica z kurcząt 50 g (SOJ) Pomidor b/skóry 80 g	Mus z jabłka 100 g (S02)	Wartość energetyczna[kcal] 2 171,7 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 336,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21 Sól [g] 5 Sód [mg] 1 051,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 71,2 WW [Por] 33,9
	Ł. Dziecięca	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Łopatką prasowana - wędliana 50 g (SOJ, SEL) Pomidor 80 g Sałata masłowa 10 g Owoc 70 g	Ciastka kruche 30 g (GLU)	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (MLE) Makaron spaghetti z sosem bolognese 300 g (GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze 140 g Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Galaretka owocowa 150 g	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Poledwica z kurcząt 50 g (SOJ) Pomidor 80 g	Mus z jabłka 100 g (S02)	Wartość energetyczna[kcal] 2 275 Białko ogółem [g] 80 Tłuszcz [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 352,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Sól [g] 5 Sód [mg] 1 074,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 71,3 WW [Por] 35,3
2024-04-07 niedziela	Ł. Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Dżem 30 g Owoc 70 g Rzodkiewka czerwona 60 g Sałata masłowa 20 g		Zupa zacierkowa 300 ml (GLU) Szynka wieprzowa duszona 90 g Ziemniaki 200 g (S02) Marchewka duszona 140 g (GLU, MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Chleb razowy 30 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ, GOR) Majonez 15 g (JAJ, GOR) Pomidor 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 431,1 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 354,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Sól [g] 4,6 Sód [mg] 1 553,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 89,9 WW [Por] 33,7

2024-04-07 niedziela

L. Łatwo strawna	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Dżem 30 g Owoc 70 g Pomidor 60 g Salata masłowa 20 g		Zupa zacierkowa 300 ml (GLU) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 215 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 322,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Sól [g] 3,7 Sód [mg] 1 381,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 89,4 WW [Por] 32,2
L. Cukrzycowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Owoc 70 g Pomidor 60 g Salata masłowa 20 g	Owoc 50 g	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy b/c Ł 250 ml (S02)	Kisiel owocowy b/c 150 ml	Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g	Kanapka (chleb raz/marg/wędlna/salata) 70 g (GLU, SOJ, MLE, SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 143,3 Białko ogółem [g] 81,6 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 301,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Sól [g] 5,2 Sód [mg] 1 631,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 suma cukrów prostych [g] 57,4 WW [Por] 30,2
L. Wątrobowa	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Dżem 30 g Owoc 70 g Pomidor b/skóry 60 g Salata masłowa 20 g		Zupa zacierkowa 300 ml (GLU) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Białko jaja 2 połówki 1 szt (JAJ) Pomidor b/skóry 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 255 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 325 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Sól [g] 3,7 Sód [mg] 1 357,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 suma cukrów prostych [g] 89 WW [Por] 32,6
L. Wrzodowa	Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Dżem 30 g Owoc 70 g Pomidor b/skóry 60 g Salata masłowa 20 g		Zupa zacierkowa 300 ml (GLU) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Białko jaja 2 połówki 1 szt (JAJ) Pomidor b/skóry 80 g	Kefir 100 ml (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 255 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 325 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Sól [g] 3,7 Sód [mg] 1 357,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 suma cukrów prostych [g] 89 WW [Por] 32,6

2024-04-07 niedziela	Ł. Trzuskowa								
		Kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Dżem 30 g Owoc 70 g Pomidor b/skóry 60 g Salata masłowa 20 g		Zupa zacierkowa 300 ml (GLU) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)		Herbata z cukrem 250 ml Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 10 g (MLE) Białko jaja 2 połówek 1 szt (JAJ) Pomidor b/skóry 80 g	Kefir 100 ml (MLE)		Wartość energetyczna[kcal] 2 255 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 325 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Sól [g] 3,7 Sód [mg] 1 357,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 suma cukrów prostych [g] 89 WW [Por] 32,6
	Ł. Dziecięca	Owoc 50 g	Zupa zacierkowa 300 ml (GLU) Szynka wieprzowa duszona 90 g Sos własny 60 ml (GLU) Ziemniaki 200 g (S02) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 140 g (MLE) Kompot owocowy Ł 250 ml (S02)	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 250 ml Chleb zwykły 100 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g	Kefir 100 ml (MLE)		Wartość energetyczna[kcal] 2 353,4 Białko ogółem [g] 78,5 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 356,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Sól [g] 3,7 Sód [mg] 1 400,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,2 suma cukrów prostych [g] 116,1 WW [Por] 35,6	