

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA
2024-04-22 poniedziałek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g (Lak.) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g (Lak.) Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g (Lak.) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Mix sałat z zielenią i olejem 35 g (Lak.) Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml (GLU, S.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g (Lak.) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) Chleb razowy 100 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Połędwica z indyka 50 g (Lak.) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g (Lak.) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g (Lak.) Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 75 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Połędwica z indyka 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml (GLU, S.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Miód wielokwiatowy 25 g Połędwica z indyka 50 g Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml
		Jabłko 150 g	wafle ryżowe 10 g	Jabłko 150 g					
2024-04-22 poniedziałek	Obiad	Zupa Żurek 350 ml (GLU, JAJ, Sj, Lak, SO.) Bitka wieprzowa w sosie własnym 100 g (GLU.) Kasza bulgur z warzywami 200 g (GLU, S.) Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, Lak, S.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos jogurtowy z warzywami 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Żurek 350 ml (GLU, JAJ, Sj, Lak, SO.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos jogurtowy z warzywami 50 g (GLU, Lak, S.) Kasza bulgur z warzywami 200 g (GLU, S.) Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Żurek 350 ml (GLU, JAJ, Sj, Lak, SO.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos jogurtowy z warzywami 50 g (GLU, Lak, S.) Kasza bulgur z warzywami 200 g (GLU, S.) Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Żurek 350 ml (GLU, JAJ, Sj, Lak, SO.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos jogurtowy z warzywami 50 g (GLU, Lak, S.) Kasza bulgur z warzywami 200 g (GLU, S.) Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, Lak, S.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos jogurtowy z warzywami 50 g (GLU, Lak, S.) Kasza bulgur z warzywami 200 g (GLU, S.) Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/śmietany 350 ml (GLU, JAJ, S.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) Kasza bulgur z warzywami 300 g (GLU, S.) Sos jogurtowy z warzywami 100 g (GLU, Lak, S.) Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
				Chrupki kukurydziane 20 g		Chrupki kukurydziane 20 g			

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydź s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA	
2024-04-22 poniedziałek	Kolacja	<p>bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>chleb mieszany psz.-żył. 50 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>krakowska wieprzowa 50 g (<u>Si.</u>)</p> <p>Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (<u>RYB, S, G, SO.</u>)</p> <p>margaryna / mix do smarowania 10 g</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p> <p>Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (<u>Lak.</u>)</p>	<p>bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>chleb mieszany psz.-żył. 25 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>krakowska wieprzowa 50 g (<u>Si.</u>)</p> <p>Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (<u>RYB, S, G, SO.</u>)</p> <p>margaryna / mix do smarowania 10 g</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p> <p>Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (<u>Lak.</u>)</p>	<p>bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>chleb mieszany psz.-żył. 25 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>szynka gotowana wieprzowa 50 g</p> <p>Pomidor bez skóry 100 g</p> <p>margaryna / mix do smarowania 10 g</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p> <p>Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (<u>Lak.</u>)</p>	<p>bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>chleb mieszany psz.-żył. 25 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>szynka gotowana wieprzowa 50 g</p> <p>Pomidor bez skóry 100 g</p> <p>margaryna / mix do smarowania 10 g</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p> <p>Jogurt naturalny szt 1 szt (<u>Lak.</u>)</p>	<p>chleb razowy, żył. 100 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>krakowska wieprzowa 50 g (<u>Si.</u>)</p> <p>Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (<u>RYB, S, G, SO.</u>)</p> <p>Mix do smarowania 10 g</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p> <p>Budyń na mleku b/c 200 ml (<u>Lak.</u>)</p>	<p>Chleb razowy 100 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>margaryna / mix do smarowania 10 g</p> <p>krakowska wieprzowa 50 g (<u>Si.</u>)</p> <p>Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (<u>RYB, S, G, SO.</u>)</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p> <p>Jogurt naturalny szt 1 szt (<u>Lak.</u>)</p>	<p>Chleb razowy 75 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>margaryna / mix do smarowania 10 g</p> <p>krakowska wieprzowa 50 g (<u>Si.</u>)</p> <p>Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami, dieta 50 g (<u>RYB, S, G, SO.</u>)</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p> <p>Jogurt naturalny szt 1 szt (<u>Lak.</u>)</p>	<p>bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>chleb mieszany psz.-żył. 25 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>margaryna / mix do smarowania 10 g</p> <p>krakowska wieprzowa 50 g (<u>Si.</u>)</p> <p>Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (<u>RYB, S, G, SO.</u>)</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p> <p>Chrupki kukurydziane 20 g</p>	<p>bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>chleb mieszany psz.-żył. 50 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (<u>RYB, S, G, SO.</u>)</p> <p>Ser żółty 30 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>sałata masłowa 15 g</p> <p>masło extra 10 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p> <p>Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (<u>Lak.</u>)</p>
	PN					<p>Chleb razowy 25 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>Szynka wieprzowa gotowana 25 g</p>				
2024-04-23 wtorek	Śniadanie	<p>Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (<u>GLU, Lak.</u>)</p> <p>chleb razowy, żył. 25 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>chleb mieszany psz.-żył. 50 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>masło extra 10 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Ser żółty 30 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>szynkowa wieprzowa 50 g</p> <p>Salatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p>	<p>Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (<u>GLU, Lak.</u>)</p> <p>chleb mieszany psz.-żył. 25 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>masło extra 10 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g</p> <p>Ser żółty 30 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Salatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p>	<p>Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (<u>GLU, Lak.</u>)</p> <p>chleb mieszany psz.-żył. 25 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>masło extra 10 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Szynka drobiowa wędlna 50 g</p> <p>Twaróg 50 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Pomidor bez skóry 100 g</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z płatkami jęczmiennymi b/ml 300 ml (<u>GLU, S.</u>)</p> <p>chleb mieszany psz.-żył. 25 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>masło extra 10 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Twaróg 50 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Szynka drobiowa wędlna 50 g</p> <p>Pomidor bez skóry 100 g</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p>	<p>Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (<u>GLU, Lak.</u>)</p> <p>chleb razowy, żył. 100 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>masło extra 10 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Ser żółty 30 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g</p> <p>Salatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p>	<p>chleb razowy, żył. 100 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>masło extra 10 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g</p> <p>Ser żółty 30 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Salatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p>	<p>chleb razowy, żył. 75 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>Kiełbasa szynkowa wieprzowa 25 g</p> <p>Twaróg 50 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Salatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g</p> <p>masło extra 10 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z płatkami jęczmiennymi b/ml 300 ml (<u>GLU, S.</u>)</p> <p>chleb mieszany psz.-żył. 25 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>masło extra 10 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>margaryna / mix do smarowania 10 g</p> <p>Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g</p> <p>Salatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p>	<p>Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (<u>GLU, Lak.</u>)</p> <p>chleb razowy, żył. 25 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>)</p> <p>masło extra 10 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Ser żółty 30 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Twaróg 50 g (<u>Lak.</u>)</p> <p>Salatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g</p> <p>Herbata czarna bez cukru 250 ml</p>
	II ŚN	Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml			Kisiel gotowany b/cukru 200 ml			Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml		

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA	
2024-04-23 wtorek	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml		Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S.) Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD				jabłko pieczone 100 g		wafle ryżowe 10 g			
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żytny 25 g (GLU, S.) chleb razowy, żytny 50 g (GLU, S.) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Serek topiony 30 g (Lak, S.) Sałatka makaronowa z łososiem i sałatą lod. 100 g (GLU, JAJ, RYB, Lak, S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana 50g 1 szt (GLU, Lak, S.)	chleb mieszany psz.-żytny 25 g (GLU, S.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, S.) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Serek topiony 30 g (Lak, S.) Sałatka makaronowa z łososiem i sałatą lod. 100 g (GLU, JAJ, RYB, Lak, S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana 50g 1 szt (GLU, Lak, S.)	chleb mieszany psz.-żytny 25 g (GLU, S.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, S.) margaryna / mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Sałatka makaronowa z sałatą lod., z olejem 100 g (GLU, JAJ, S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana 50g 1 szt (GLU, Lak, S.)	chleb mieszany psz.-żytny 25 g (GLU, S.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, S.) margaryna / mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Sałatka makaronowa z sałatą lod., z olejem 100 g (GLU, JAJ, S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	chleb razowy, żytny 100 g (GLU, S.) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Serek topiony 30 g (Lak, S.) Sałatka z makaronem razowym, z łososiem i sałatą lod. 100 g (GLU, JAJ, RYB, Lak, S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak, S.)	chleb razowy, żytny 50 g (GLU, S.) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 25 g Serek topiony 30 g (Lak, S.) Sałatka z makaronem razowym, z łososiem i sałatą lod. 100 g (GLU, JAJ, RYB, Lak, S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak, S.)	chleb mieszany psz.-żytny 25 g (GLU, S.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, S.) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka makaronowa z sałatą lod., z olejem 100 g (GLU, JAJ, S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana 50g 1 szt (GLU, Lak, S.)	chleb mieszany psz.-żytny 25 g (GLU, S.) chleb razowy, żytny 50 g (GLU, S.) margaryna / mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g (Lak, S.) Sałatka makaronowa z łososiem i sałatą lod. 150 g (GLU, JAJ, RYB, Lak, S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana 50g 1 szt (GLU, Lak, S.)	
PN						Chleb razowy 25 g (GLU, S.) Szynka wieprzowa gotowana 25 g				

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA	
2024-04-24 środa	Śniadanie	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) Chleb razowy 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Kiełbasa krakowska 50 g (Si.) Pasta z fasoli z ziarnami 50 g (Se.) Papryka świeża paski 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Si.) Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) pomidory 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) szynka gotowana wieprzowa 50 g Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml (GLU, JAJ, S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) szynka gotowana wieprzowa 50 g Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) Chleb razowy 100 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Si.) Pasta z fasoli z ziarnami 50 g (Se.) Papryka świeża paski 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) krakowska wieprzowa 25 g (Si.) Pasta z fasoli z ziarnami 50 g (Se.) Papryka świeża paski 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (GLU.) krakowska wieprzowa 25 g (Si.) Pasta z fasoli z ziarnami 50 g (Se.) Pomidor 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Pasta z fasoli z ziarnami 100 g (Se.) Papryka świeża paski 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	
	II ŚN	herbatniki 30 g (GLU, JAJ, Lak.)				Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)		herbatniki 30 g (GLU, JAJ, Lak.)		
	Obiad	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Udziec zawijany w boczku 100 g Ryż biały 200 g Sałatka z buraczka 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Udziec zawijany, dieta 100 g Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak.) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (S.) Potrawka z kurczaka z ziołami b/śmietany 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Udziec zawijany, dieta 100 g Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak.) Ryż brązowy 200 g Sałatka z buraczka 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Udziec zawijany, dieta 100 g Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak.) Ryż brązowy 200 g Sałatka z buraczka 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Udziec zawijany, dieta 50 g Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak.) Ryż brązowy 200 g Sałatka z buraczka 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (S.) Udziec zawijany, dieta 100 g Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak.) Ryż biały 200 g Sałatka z buraczka 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (S.) Ryż zapiekany z jabłkiem i śmietaną 350 g (Lak.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD			chrupki kukurydziane 20 g		Mandarynka 100 g				
Kolacja	Chleb razowy 50 g (GLU.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) pierś z indyka gotowana 50 g (JAJ.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g (Lak.)	chleb mieszany psz.-żytni 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) pierś z indyka gotowana 50 g (GLU.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g (Lak.)	chleb mieszany psz.-żytni 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) pierś z indyka gotowana 50 g (GLU.) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) pierś z indyka gotowana 50 g (JAJ.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Sałata liść 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) pierś z indyka gotowana 50 g (JAJ.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g (Lak.)	Chleb razowy 50 g (GLU.) pierś z indyka gotowana 25 g (JAJ.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Sałata liść 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g (Lak.)	chleb mieszany psz.-żytni 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) pierś z indyka gotowana 50 g (JAJ.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g (Lak.)	Chleb razowy 25 g (GLU.) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g (Lak.)		

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA	
4-04-24 środa	PN						chleb razowy, żyt. 30 g (GLU.) szynka gotowana wieprzowa 30 g				
	Śniadanie	Zupa ml. Plátky owsiane 300 ml (GLU, Lak, S.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Plátky owsiane 300 ml (GLU, Lak, S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) szynkowa wieprzowa 50 g (GLU.) Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Plátky owsiane 300 ml (GLU, Lak, S.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) szynka gotowana wieprzowa 50 g (Lak.) Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml (GLU, S.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) szynka gotowana wieprzowa 50 g (Lak.) Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 50 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Plátky owsiane 300 ml (GLU, Lak, S.) chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) szynkowa wieprzowa 50 g (GLU.) Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Plátky owsiane 300 ml (GLU, Lak, S.) chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) szynkowa wieprzowa 50 g (GLU.) Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 75 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g szynkowa wieprzowa 25 g Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml (GLU, S.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Miód wielokwiatowy 25 g szynkowa wieprzowa 50 g Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Plátky owsiane 300 ml (GLU, Lak, S.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) Twarożek z zieleniną 100 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	
2024-04-25 czwartek	II ŚN	Banan 1 sztuka 150 g					Jabłko 150 g		Banan 1 sztuka 150 g		
	Obiad	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Rumsztyk smażony z cebulką 150 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU, S.) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU, S.) Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa zacierkowa, dieta 350 ml (GLU, JAJ, S.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU, S.) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU, S.) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 75 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU, S.) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa krem brokułowa b/ śmietany 350 ml (GLU, S.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU, S.) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Pierogi z serem i kaszą gryczaną 250 g (GLU, Lak, S.) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml		
	PD						wafle ryżowe 10 g	wafle ryżowe 10 g			

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA	
2024-04-25 czwartek	Kolaćca	chleb mieszany psz.-żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (<u>S.</u>) szynka gotowana drobiowa 50 g ogórki kiszone 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (<u>Lak.</u>)	chleb mieszany psz.-żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (<u>S.</u>) Szynka drobiowa wędlina 50 g Sałata liść 35 g Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (<u>Lak.</u>)	Chleb pszenno-żytni 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (<u>S.</u>) Szynka drobiowa wędlina 50 g Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (<u>Lak.</u>)	Chleb pszenno-żytni 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (<u>S.</u>) Szynka drobiowa wędlina 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt (<u>Lak.</u>)	chleb razowy, żytn. 100 g (<u>GLU.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (<u>S.</u>) Szynka drobiowa wędlina 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (<u>Lak.</u>)	chleb razowy, żytn. 100 g (<u>GLU.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (<u>S.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna bez cukru ml Jogurt naturalny szt 1 szt (<u>Lak.</u>)	Chleb razowy 50 g (<u>GLU.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (<u>S.</u>) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (<u>Lak.</u>)	chleb mieszany psz.-żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (<u>S.</u>) Szynka drobiowa wędlina 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml chrupki kukurydziane 20 g	chleb mieszany psz.-żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) ser żółty pełnotłusty 50 g (<u>Lak.</u>) ogórki kiszone 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (<u>Lak.</u>)
		PN				Chleb razowy 30 g (<u>GLU.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 25 g				
2024-04-26 piątek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (<u>Lak.</u>) chleb razowy, żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Twaróg 50 g (<u>Lak.</u>) Dżem niskosłodzony 40 g Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (<u>Lak.</u>) chleb mieszany psz.-żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) Twaróg 50 g (<u>Lak.</u>) Dżem niskosłodzony 40 g Jabłko 150 g masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (<u>Lak.</u>) chleb mieszany psz.-żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) Twaróg 50 g (<u>Lak.</u>) Dżem niskosłodzony 40 g jabłko pieczone 100 g masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (<u>S.</u>) chleb mieszany psz.-żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) Twaróg 50 g (<u>Lak.</u>) Dżem niskosłodzony 40 g jabłko pieczone 100 g masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (<u>Lak.</u>) chleb mieszany psz.-żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) Twaróg 50 g (<u>Lak.</u>) Dżem niskosłodzony 40 g Jabłko 150 g masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (<u>GLU.</u>) szynka gotowana wieprzowa 50 g Twaróg 50 g (<u>Lak.</u>) Papryka świeża paski 100 g masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (<u>GLU.</u>) Twaróg 50 g (<u>Lak.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Jabłko 150 g masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (<u>S.</u>) chleb mieszany psz.-żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) Dżem niskosłodzony 40 g szynka gotowana wieprzowa 50 g jabłko 150 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (<u>Lak.</u>) Chleb razowy 25 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) Twaróg 50 g (<u>Lak.</u>) Dżem niskosłodzony 40 g jabłko 150 g Masło 82% 10 g (<u>Lak.</u>) Herbata czarna bez cukru 250 ml
		III ŚN	Rogalik maślany 50g 1 szt (<u>GLU, Lak.</u>)				Marchew surowa plastry 50 g		Rogalik maślany 50g 1 szt (<u>GLU, Lak.</u>)	

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA
2024-04-26 piątek	Obiad	Zupa pieczarkowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Filet z dorsza smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml (GLU, Lak, S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Sos grecki 150 g (GLU, S.) Sałata masłowa 5 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Sos grecki 150 g (GLU, S.) Sałata masłowa 5 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa pieczarkowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa pieczarkowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml (GLU, Lak, S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem 100 g Sos grecki 150 g (GLU, S.) Sałata masłowa 5 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Sos grecki 150 g (GLU, S.) Sałata masłowa 5 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Kisiel gotowany b/cukru 200 ml		Kisiel gotowany b/cukru 200 ml			
	Kolacja	Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pasta hummus 50 g Ogórek zielony 100 g chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak.)	szynka gotowana wieprzowa 50 g Serek topiony 30 g (Lak.) pomidory 100 g bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak.)	bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) Schab pieczony wędlina 50 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak.)	szynka gotowana wieprzowa 50 g Pasta hummus 50 g Ogórek zielony 100 g bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) szynka gotowana wieprzowa 50 g Pasta hummus 50 g Ogórek zielony 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 50 g (GLU.) Pasta hummus 50 g szynka gotowana wieprzowa 50 g Ogórek zielony 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak.)	chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) szynka gotowana wieprzowa 50 g Pasta hummus 50 g pomidory 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml chrupki kukurydziane 20 g	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) Bułka pszenna 25 g (GLU.) Pasta hummus 50 g Ser żółty 60 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak.)
PN					Chleb razowy 25 g (GLU.) Szynka drobiowa wędlina 30 g				

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA	
2024-04-27 sobota	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (<u>GLU, Lak.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) chleb razowy, żyt. 25 g (<u>GLU.</u>) pierś z indyka gotowana 50 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (<u>Lak.</u>) Mix sałat z zieleciną i olejem 35 g masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (<u>GLU, Lak.</u>) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (<u>GLU.</u>) masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Serek homogenizowany naturalny 50 g (<u>Lak.</u>) Mix sałat z zieleciną i olejem 35 g masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (<u>GLU, Lak.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (<u>GLU.</u>) masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Serek homogenizowany naturalny 50 g (<u>Lak.</u>) pierś z indyka gotowana 50 g Miód wielokwiatowy 25 g Mix sałat z zieleciną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml (<u>GLU, S.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (<u>GLU.</u>) masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Serek homogenizowany naturalny 50 g (<u>Lak.</u>) pierś z indyka gotowana 50 g Mix sałat z zieleciną i olejem 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (<u>GLU, Lak.</u>) masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Serek homogenizowany naturalny 50 g (<u>Lak.</u>) Mix sałat z zieleciną i olejem 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g (<u>GLU.</u>) masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) pierś z indyka gotowana 50 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (<u>Lak.</u>) Mix sałat z zieleciną i olejem 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 75 g (<u>GLU.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g pierś z indyka gotowana 25 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (<u>Lak.</u>) Mix sałat z zieleciną i olejem 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml (<u>GLU, S.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (<u>GLU.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g pierś z indyka gotowana 50 g Miód wielokwiatowy 25 g Mix sałat z zieleciną i olejem 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (<u>GLU, Lak.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) chleb razowy, żyt. 25 g (<u>GLU.</u>) Miód wielokwiatowy 25g 1 szt Serek homogenizowany naturalny 50 g (<u>Lak.</u>) Mix sałat z zieleciną i olejem 35 g masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Herbata czarna bez cukru 250 ml
		Biszkopty 30 g (<u>GLU, JAJ, _</u>)				Jabłko 150 g			Biszkopty 30 g (<u>GLU, JAJ, _</u>)	
		Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml (<u>GLU, Lak, S.</u>) Udka z kurczaka pieczone 150 g Sos pietruszkowy 50 g (<u>GLU, Lak.</u>) Ryż biały 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem 150 g (<u>GLU.</u>) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (<u>GLU, Lak, S.</u>) Udka z kurczaka pieczone 150 g Sos pietruszkowy 50 g (<u>GLU, Lak.</u>) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (<u>GLU.</u>) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (<u>S.</u>) Potrawka z kurczaka z ziołami b/śmietany 150 g (<u>GLU, S.</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (<u>GLU.</u>) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (<u>GLU, Lak, S.</u>) Udka z kurczaka pieczone 150 g Sos pietruszkowy 50 g (<u>GLU, Lak.</u>) Ryż brązowy 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem 150 g (<u>GLU.</u>) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (<u>GLU, Lak, S.</u>) Udka z kurczaka pieczone 150 g Sos pietruszkowy 50 g (<u>GLU, Lak.</u>) Ryż brązowy 200 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (<u>S.</u>) Udka z kurczaka pieczone 75 g Sos pietruszkowy 50 g (<u>GLU, Lak.</u>) Ryż biały 200 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (<u>S.</u>) Udka z kurczaka pieczone 150 g Sos pietruszkowy 50 g (<u>GLU, Lak.</u>) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (<u>GLU.</u>) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (<u>S.</u>) Kopytka z masłem 250 g (<u>GLU, JAJ, Lak.</u>) Sos pietruszkowy 50 g (<u>GLU, Lak.</u>) Ryż biały 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem 150 g (<u>GLU.</u>) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
PD				Chrupki kukurydziane 20 g		Chrupki kukurydziane 20 g				

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA	
2024-04-27 sobota	Kolacja	chleb mieszany psz.-żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) Ser żółty 30 g (<u>Lak.</u>) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (<u>S.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (<u>Lak.</u>)	chleb mieszany psz.-żytn. 25 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) Ser żółty 30 g (<u>Lak.</u>) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (<u>S.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Sok owocowo-warzywny 200 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (<u>S.</u>) Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (<u>Lak.</u>)	chleb razowy, żytn. 100 g (<u>GLU.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Ser żółty 30 g (<u>Lak.</u>) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (<u>S.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (<u>Lak.</u>)	chleb razowy, żytn. 100 g (<u>GLU.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Ser żółty 30 g (<u>Lak.</u>) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (<u>S.</u>) pomidory 100 g Cwikła 20,15 g (<u>SO.</u>) Herbata czarna bez cukru ml Jogurt naturalny szt 1 szt (<u>Lak.</u>)	Chleb razowy 50 g (<u>GLU.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Ser żółty 30 g (<u>Lak.</u>) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (<u>S.</u>) pomidory 100 g Cwikła 20,15 g (<u>SO.</u>) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (<u>Lak.</u>)	chleb mieszany psz.-żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (<u>S.</u>) pomidory 100 g Cwikła 20,15 g (<u>SO.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Sok owocowo-warzywny 200 ml	chleb mieszany psz.-żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) ser żółty pełnotłusty 50 g (<u>Lak.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g pomidory 100 g Cwikła 19,5 g (<u>SO.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Sok owocowo-warzywny 200 ml	
		PN				Chleb razowy 30 g (<u>GLU.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 25 g				
2024-04-28 niedziela	Śniadanie	Zupa ml. ryżowa 300 ml (<u>Lak.</u>) Chleb mieszany pszenno żytni 25 g (<u>GLU.</u>) chleb razowy, żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Serek ziołowy 50 g (<u>Lak.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 17,5 g Ogórek konserwowy w plasterkach 50 g (<u>G. SO.</u>) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (<u>Lak.</u>) Chleb mieszany pszenno żytni 25 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Serek ziołowy 50 g (<u>Lak.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (<u>Lak.</u>) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Serek ziołowy 50 g (<u>Lak.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (<u>S.</u>) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Serek ziołowy 50 g (<u>Lak.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (<u>Lak.</u>) chleb razowy, żytn. 100 g (<u>GLU.</u>) masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Serek ziołowy 50 g (<u>Lak.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żytn. 100 g (<u>GLU.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Serek ziołowy 50 g (<u>Lak.</u>) Sałata liść 35 g masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żytn. 75 g (<u>GLU.</u>) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Serek ziołowy 50 g (<u>Lak.</u>) Sałata liść 35 g masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (<u>S.</u>) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (<u>Lak.</u>) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g (<u>GLU.</u>) chleb razowy, żytn. 50 g (<u>GLU.</u>) masło extra 10 g (<u>Lak.</u>) Ser żółty 30 g (<u>Lak.</u>) Serek ziołowy 50 g (<u>Lak.</u>) Ogórek konserwowy w plasterkach 50 g (<u>G. SO.</u>) Sałata liść 17,5 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
		II ŚN	Mandarynka 100 g		jabłko pieczone 100 g		Mandarynka 100 g			

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA	
2024-04-28 niedziela	Obiad	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, S.) Kotlet schabowy 100 g (GLU, JAJ, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka Colesław 200 g (Lak, SO,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, S.) Schab pieczony w sosie własnym 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml (GLU, JAJ, S.) Pulpet wieprzowo drobiowy 100 g (GLU, JAJ,) Sos jarzynowy 50 g (GLU, S,) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, S.) Schab pieczony w sosie własnym 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka Colesław 200 g (Lak, SO,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, S.) Schab pieczony w sosie własnym 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka Colesław 200 g (Lak, SO,) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, S.) Schab pieczony w sosie własnym 50 g Ziemniaki z koperkiem 100 g Surówka Colesław 200 g (Lak, SO,) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, S.) Schab pieczony w sosie własnym 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml (GLU, JAJ, S.) Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ,) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka Colesław 200 g (Lak, SO,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml		
	PD					wafle ryżowe 10 g		wafle ryżowe 10 g			
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno żytni 50 g (GLU,) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU,) krakowska wieprzowa 50 g (Sj,) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak,)	chleb mieszany psz.-żytni 25 g (GLU,) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,) krakowska wieprzowa 50 g (Sj,) Pomidor 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak,)	chleb mieszany psz.-żytni 25 g (GLU,) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,) pierś z indyka gotowana 50 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak,)	chleb mieszany psz.-żytni 25 g (GLU,) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,) pierś z indyka gotowana 50 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak,)	chleb razowy, żytni 100 g (GLU,) krakowska wieprzowa 50 g (Sj,) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak,)	chleb razowy, żytni 100 g (GLU,) krakowska wieprzowa 50 g (Sj,) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak,)	chleb razowy, żytni 75 g (GLU,) krakowska wieprzowa 50 g (Sj,) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak,)	chleb mieszany psz.-żytni 25 g (GLU,) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,) krakowska wieprzowa 50 g (Sj,) Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml wafle ryżowe 10 g	chleb mieszany psz.-żytni 25 g (GLU,) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g Serek topiony 45 g (Lak,) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak,)	
PN							chleb razowy, żytni 30 g (GLU,) szynka gotowana wieprzowa 30 g				

Oznaczenia alergenów:

- GLU - Zboża zawierające gluten (pszenica, jęczmień, żyto, owies, orkisz, kamut),
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
ORZ - Orzeszki ziemne, arachidowe,
Sj - Soja i pochodne,
Lak - Laktoza,
O - Orzechy i migdały,
S - Seler i pochodne,
G - Gorczyca i pochodne,
Se - Nasiona sezamu i pochodne,
SO - Siarka,
Ł - Łubin i pochodne,
M - Mięczaki i pochodne,

Oznaczenia wskaźników odż.:

- Wart. en. - Wartość energetyczna[kcal],
Białko - Białko ogółem,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany - Węglowodany ogółem,
Kw. tł. nasyc. o. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Cholesterol - Cholesterol,
Błonnik - Błonnik pokarmowy,
suma cukrów p. - suma cukrów prostych,
Sól - Sól,