

	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	Bogatobiałkowa 9	Niskoiałkowa 10	WEGETARIAŃSKA	
2024-02-19 poniedziałek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) pierś z indyka gotowana 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g 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.) pierś z indyka gotowana 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Masło 82% 10 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną 35 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.) pierś z indyka gotowana 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml (GLU, Sj.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) pierś z indyka gotowana 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną 35 g Masło 82% 10 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.) pierś z indyka gotowana 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) Pierś z indyka wędlina 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g 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.) Masło 82% 10 g (Lak.) pierś z indyka gotowana 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 300 ml (Sj.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną 35 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
	II SN	Jabłko 150 g	jabłko pieczone 100 g		Jabłko 150 g		Twaróg 75 g (Lak.)	jabłko pieczone 100 g	Jabłko 150 g	
	Obiad	Zupa szczawiowa 350 ml (GLU, JAJ, Sj, Lak.) Makaron z sosem bolońskim 400 g (GLU, JAJ, S.) Kalafiór gotowany 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml (GLU, Sj, Lak.) Makaron z sosem bolońskim 400 g (GLU, JAJ, S.) Kalafiór gotowany 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (Sj.) Makaron z sosem warzywnym 400 g (GLU, JAJ, S.) Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa szczawiowa 350 ml (GLU, JAJ, Sj, Lak.) Makaron z sosem bolońskim 400 g (GLU, JAJ, S.) Kalafiór gotowany 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa szczawiowa 350 ml (GLU, JAJ, Sj, Lak.) Makaron z sosem bolońskim 400 g (GLU, JAJ, S.) Surówka z selera z kukurydzą 200 g (Lak, S.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml (GLU, Sj, Lak.) Makaron z sosem bolońskim 400 g (GLU, JAJ, S.) Kalafiór gotowany 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (Sj.) Makaron z sosem warzywnym 400 g (GLU, JAJ, S.) Kalafiór gotowany 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa szczawiowa 350 ml (GLU, JAJ, Sj, Lak.) Makaron z sosem warzywnym 400 g (GLU, JAJ, S.) Kalafiór gotowany 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD			Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak.)		Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak.)				
Kolacja	bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB, S, G, SO.) margaryna / mix do smarowania 10 g Kawa na mleku b/cukru 250 ml (GLU, Lak.) Bułka maślana z kruszonką 50g 1 szt (GLU, Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB, S, G, SO.) margaryna / mix do smarowania 10 g Kawa na mleku b/cukru 250 ml (GLU, Lak.) Bułka maślana z kruszonką 50g 1 szt (GLU, Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) szynka gotowana wieprzowa 50 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana z kruszonką 50g 1 szt (GLU, Lak.)	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB, S, G, SO.) Mix do smarowania 10 g Kawa na mleku b/cukru 250 ml (GLU, Lak.) chrupki kukurydziane 20 g	Chleb razowy 100 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB, S, G, SO.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 30 g	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB, S, G, SO.) Kawa na mleku b/cukru 250 ml (GLU, Lak.) Bułka maślana z kruszonką 50g 1 szt (GLU, Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 100 g (RYB, S, G, SO.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana z kruszonką 50g 1 szt (GLU, Lak.)	bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB, S, G, SO.) Ser żółty 30 g (Lak.) sałata masłowa 15 g masło extra 10 g (Lak.) Kawa na mleku b/cukru 250 ml (GLU, Lak.) Bułka maślana z kruszonką 50g 1 szt (GLU, 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	Bogatobiałkowa 9	Niskoiałkowa 10	WEGETARIAŃSKA	
2-19 poniedziałek	PN						Chleb razowy 25 g (GLU,_) Szynka wieprzowa gotowana 25 g				
	Śniadanie	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (GLU, Lak,_) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU,_) Bułka pszenna 50 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Ser żółty 30 g (Lak,_) szynkowa wieprzowa 50 g Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zielenią 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (GLU, Lak,_) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU,_) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Ser żółty 30 g (Lak,_) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zielenią 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (GLU, Lak,_) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU,_) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Twaróg 50 g (Lak,_) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami jęczmiennymi b/ml 300 ml (GLU, Sj,_) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU,_) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Twaróg 50 g (Lak,_) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (GLU, Lak,_) chleb razowy, żyt. 100 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Ser żółty 30 g (Lak,_) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zielenią 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Ser żółty 30 g (Lak,_) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zielenią 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (GLU, Lak,_) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU,_) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Ser żółty 30 g (Lak,_) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zielenią 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami jęczmiennymi b/ml 300 ml (GLU, Sj,_) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU,_) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Twaróg 50 g (Lak,_) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zielenią 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (GLU, Lak,_) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Ser żółty 30 g (Lak,_) Twaróg 50 g (Lak,_) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zielenią 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	
2024-02-20 wtorek	II ŚN	Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml				Kisiel gotowany b/cukru 200 ml				Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	
	Obiad	Zupa kapuśniak 350 ml (GLU, Sj,_) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 150 g (GLU, S,_) Kasza pęczak 200 g (GLU,_) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, Sj,_) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 150 g (GLU, S,_) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU,_) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, Sj,_) Pulpet wieprzowo drobiowy 100 g (GLU, JAJ,_) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak,_) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU,_) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, Sj,_) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 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 kapuśniak 350 ml (GLU, Sj,_) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 150 g (GLU, S,_) Kasza pęczak 200 g (GLU,_) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, Sj,_) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 150 g (GLU, S,_) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU,_) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, Sj,_) Pulpet wieprzowo drobiowy 50 g (GLU, JAJ,_) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak,_) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU,_) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kapuśniak 350 ml (GLU, Sj,_) Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ,_) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml		
	PD					wafle ryżowe 20 g			wafle ryżowe 20 g		

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. lat. przys. węgl. 6A	Bogatobiałkowa 9	Niskoiałkowa 10	WEGETARIAŃSKA	
2024-02-20 wtorek	Kolacja	chleb mieszany psz.-żytn. 25 g (GLU,) chleb razowy, żytn. 50 g (GLU,) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka makaronowa z sałatą lod., z olejem 100 g (GLU, JAJ,) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak,)	chleb mieszany psz.-żytn. 25 g (GLU,) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka makaronowa z sałatą lod., z olejem 100 g (GLU, JAJ,) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak,)	chleb mieszany psz.-żytn. 25 g (GLU,) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,) margaryna / mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Sałatka makaronowa z sałatą lod., z olejem 100 g (GLU, JAJ,) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak,)	chleb mieszany psz.-żytn. 25 g (GLU,) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,) margaryna / mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Sałatka makaronowa z sałatą lod., z olejem 100 g (GLU, JAJ,) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 30 g	chleb razowy, żytn. 100 g (GLU,) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka makaronowa z sałatą lod., z olejem 100 g (GLU, JAJ,) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak,)	chleb razowy, żytn. 100 g (GLU,) margaryna / mix do smarowania 10 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Sałatka makaronowa z sałatą lod., z olejem 100 g (GLU, JAJ,) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak,)	chleb mieszany psz.-żytn. 25 g (GLU,) chleb razowy, żytn. 50 g (GLU,) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka makaronowa z sałatą lod., z olejem 100 g (GLU, JAJ,) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak,)	chleb mieszany psz.-żytn. 25 g (GLU,) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,) margaryna / mix do smarowania 10 g Sałatka makaronowa z sałatą lod., z olejem 100 g (GLU, JAJ,) Herbata czarna bez cukru 250 ml chrupki kukurydziane 30 g	chleb mieszany psz.-żytn. 25 g (GLU,) chleb razowy, żytn. 50 g (GLU,) margaryna / mix do smarowania 10 g Dżem niskosłodzony 80 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak,)	
	PN						Chleb razowy 25 g (GLU,) Szynka wieprzowa gotowana 25 g				
2024-02-21 środa	Śniadanie	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (Lak,) Chleb razowy 25 g (GLU,) Bułka pszenna 50 g (GLU,) Kiełbasa krakowska 50 g (Sj,) 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. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (Lak,) Bułka pszenna 50 g (GLU,) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU,) krakowska wieprzowa 50 g (Sj,) Twarożek z zieleniną 50 g (Lak,) pomidory 100 g Masło 82% 10 g (Lak,) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (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 kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml (Sj,) 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. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (Lak,) Chleb razowy 100 g (GLU,) krakowska wieprzowa 50 g (Sj,) Pasta z fasoli z ziarnami 50 g (Se,) Papryka świeża paski 100 g Masło 82% 10 g (Lak,) Herbata czarna niskosłodzona 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU,) krakowska wieprzowa 50 g (Sj,) 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. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (Lak,) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU,) Bułka pszenna 50 g (GLU,) krakowska wieprzowa 50 g (Sj,) Pasta z fasoli z ziarnami 50 g (Se,) Pomidor 100 g Masło 82% 10 g (Lak,) Herbata czarna niskosłodzona 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml (Sj,) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU,) Bułka pszenna 50 g (GLU,) Twarożek z zieleniną 50 g (Lak,) Pomidor 100 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (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	Jogurt owocowy 1 szt (JAJ,)				jabłko pieczone 100 g	Jogurt owocowy 1 szt (JAJ,)	Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak,)	Jogurt owocowy 1 szt (JAJ,)	Jabłko 150 g	Jogurt owocowy 1 szt (JAJ,)
	Obiad	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Sj, Lak,) Kurczak w sosie curry 150 g (GLU, Lak,) Ryż biały 200 g Sałatka z buraczka 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Sj, Lak,) Potrawka z kurczaka z ziołami 150 g (GLU, Lak, S,) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml (GLU, Sj, Lak,) 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 jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (Sj,) 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, Sj, Lak,) Potrawka z kurczaka z ziołami 150 g (GLU, Lak, S,) Ryż brązowy 200 g Sałatka z buraczka 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Sj, Lak,) Kurczak w sosie curry 150 g (GLU, Lak,) Ryż brązowy 200 g Sałatka z buraczka 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Sj, Lak,) Potrawka z kurczaka z ziołami 150 g (GLU, Lak, S,) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml (GLU, Sj, Lak,) Potrawka z kurczaka z ziołami b/śmietany 150 g (GLU, S,) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Sj, Lak,) 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 30 g		Mandarynka 100 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	Bogatobiałkowa 9	Niskoiałkowa 10	WEGETARIAŃSKA
2024-02-21 środa	Kolacja	Chleb razowy 50 g (GLU.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) pierś z indyka gotowana 50 g Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, Lak, S, G, SO.) 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.) Sałatka jarzynowa - dieta 100 g (Lak, S.) 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 Sałatka jarzynowa z olejem 100 g (S.) 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 Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, Lak, S, G, SO.) 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 Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, Lak, S, G, SO.) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g (Lak.)	Chleb razowy, żytni 30 g (GLU.) szynka gotowana wieprzowa 30 g			
	PN									
2024-02-22 czwartek	Śniadanie	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb razowy, żytni 25 g (GLU.) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g Twarożek z zielenią 50 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zielenią 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) chleb mieszany psz.-żytni 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) szynkowa wieprzowa 50 g Twarożek z zielenią 50 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zielenią 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żytni 25 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) szynka gotowana wieprzowa 50 g Twarożek z zielenią 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml (GLU, Sj.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żytni 25 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) szynka gotowana wieprzowa 50 g Twarożek z zielenią 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 50 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) chleb razowy, żytni 25 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Twarożek z zielenią 50 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zielenią 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żytni 100 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) szynkowa wieprzowa 50 g Twarożek z zielenią 50 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zielenią 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml b/ml 300 ml (GLU, Sj.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb razowy, żytni 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żytni 25 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g Twarożek z zielenią 50 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zielenią 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb razowy, żytni 25 g (GLU.) Twarożek z zielenią 100 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zielenią 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb razowy, żytni 25 g (GLU.) Twarożek z zielenią 100 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zielenią 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml
	II ŚN		Banan 1 sztuka 150 g		Jabłko 150 g				Banan 1 sztuka 150 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	Bogatobiałkowa 9	Niskoiałkowa 10	WEGETARIAŃSKA
2024-02-22 czwartek	Obiad	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Si, Lak.) Wątróbka wieprzowa z cebulką i marchewką 150 g (GLU.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Si, Lak.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa zacierkowa, dieta 350 ml (GLU, JAJ, Si.) 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, Si, Lak.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Si, Lak.) Rumsztyk z duszoną cebulką 150 g (GLU.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Si, Lak.) 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 zacierkowa, dieta 350 ml (GLU, JAJ, Si.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 75 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Si, Lak.) Pierogi z serem i kaszą gryczaną 250 g (GLU, Lak.) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			wafle ryżowe 20 g		wafle ryżowe 20 g			
2024-02-23 piątek	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 50 g (S.) szynka gotowana drobiowa 50 g ogórki kiszane 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 50 g (S.) Szynka drobiowa wędlina 50 g Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 50 g (S.) Szynka drobiowa wędlina 50 g Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 50 g (S.) Szynka drobiowa wędlina 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 50 g (S.) Szynka drobiowa wędlina 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 50 g (S.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna bez cukru ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 50 g (S.) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) ser żółty pełnotłusty 50 g (Lak.) ogórki kiszane 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)
	PN					Chleb razowy 30 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 25 g			
2024-02-23 piątek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Twaróg 50 g (Lak.) Dżem niskosłodzony 40 g Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) Twaróg 50 g (Lak.) Dżem niskosłodzony 40 g jabłko pieczone 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (Si.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Twaróg 50 g (Lak.) Dżem niskosłodzony 40 g jabłko pieczone 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Twaróg 50 g (Lak.) Dżem niskosłodzony 40 g jabłko 150 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) szynka gotowana wieprzowa 50 g Twaróg 50 g (Lak.) Papryka świeża paski 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Twaróg 50 g (Lak.) Dżem niskosłodzony 40 g jabłko pieczone 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (Si.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Twaróg 50 g (Lak.) Dżem niskosłodzony 40 g Jabłko 150 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Chleb razowy 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Twaróg 50 g (Lak.) Dżem niskosłodzony 40 g jabłko 150 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. lat. przys. węgl. 6A	Bogatobiałkowa 9	Niskoiałkowa 10	WEGETARIAŃSKA	
II SN		Rogalik maślany 50g 1 szt (<u>GLU, Lak, _</u>)				Marchew surowa plastry 50 g		Rogalik maślany 50g 1 szt (<u>GLU, Lak, _</u>)			
	Obiad	Zupa Żurek 350 ml (<u>GLU, JAJ, Sj, Lak, SO, _</u>) Filet z dorsza smażony 100 g (<u>GLU, JAJ, RYB, _</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (<u>GLU, JAJ, Sj, Lak, _</u>) Filet z dorsza pieczony 100 g (<u>RYB, _</u>) Sos grecki 150 g (<u>GLU, S, _</u>) Sałata masłowa 5 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml (<u>GLU, JAJ, S, _</u>) Filet z dorsza pieczony 100 g (<u>RYB, _</u>) Sos grecki 150 g (<u>GLU, S, _</u>) Sałata masłowa 5 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (<u>GLU, JAJ, Sj, Lak, _</u>) Filet z dorsza pieczony 100 g (<u>RYB, _</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Żurek 350 ml (<u>GLU, JAJ, Sj, Lak, SO, _</u>) Filet z dorsza pieczony 100 g (<u>RYB, _</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (<u>GLU, JAJ, Sj, Lak, _</u>) Filet z dorsza pieczony 100 g (<u>RYB, _</u>) Sos grecki 150 g (<u>GLU, S, _</u>) Sałata masłowa 5 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml (<u>GLU, JAJ, S, _</u>) Filet z dorsza pieczony 100 g (<u>RYB, _</u>) Sos grecki 150 g (<u>GLU, S, _</u>) Sałata masłowa 5 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (<u>GLU, JAJ, Sj, Lak, _</u>) Filet z dorsza pieczony 100 g (<u>RYB, _</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml		
2024-02-23 piątek	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.-żyłt. 50 g (<u>GLU, _</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU, _</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (<u>Lak, _</u>)	szynka gotowana wieprzowa 50 g Serek topiony 30 g (<u>Lak, _</u>) pomidory 100 g bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU, _</u>) chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g (<u>GLU, _</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (<u>Lak, _</u>)	bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU, _</u>) chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g (<u>GLU, _</u>) szynka gotowana wieprzowa 50 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (<u>Lak, _</u>)	szynka gotowana wieprzowa 50 g Pasta hummus 50 g Ogórek zielony 100 g bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU, _</u>) chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g (<u>GLU, _</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (<u>Lak, _</u>)	Chleb razowy 100 g (<u>GLU, _</u>) 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 (<u>Lak, _</u>)	chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g (<u>GLU, _</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU, _</u>) szynka gotowana wieprzowa 50 g Serek topiony 30 g (<u>Lak, _</u>) pomidory 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (<u>Lak, _</u>)	bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU, _</u>) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g (<u>GLU, _</u>) Pasta hummus 100 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml chrupki kukurydziane 10 g	chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g (<u>GLU, _</u>) Bułka pszenna 25 g (<u>GLU, _</u>) Pasta hummus 50 g Ser żółty 60 g (<u>Lak, _</u>) Ogórek zielony 100 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (<u>Lak, _</u>)		
	PN					Chleb razowy 25 g (<u>GLU, _</u>) Szynka drobiowa wędlna 30 g					

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. lat. przys. węgl. 6A	Bogatobiałkowa 9	Niskoiałkowa 10	WEGETARIAŃSKA	
2024-02-24 sobota	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) pierś z indyka gotowana 50 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleciną 35 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) pierś z indyka gotowana 50 g (GLU.) Serek homogenizowany naturalny 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleciną 35 g masło extra 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.) masło extra 10 g (Lak.) pierś z indyka gotowana 50 g Miód wielokwiatowy 25 g Mix sałat z zieleciną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml (GLU, Sj.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) pierś z indyka gotowana 50 g Miód wielokwiatowy 25 g Mix sałat z zieleciną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Serek homogenizowany naturalny 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleciną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Serek homogenizowany naturalny 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleciną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) pierś z indyka gotowana 50 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleciną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml (GLU, Sj.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) pierś z indyka gotowana 50 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleciną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) Miód wielokwiatowy 25g 1 szt Serek homogenizowany naturalny 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleciną 35 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml
		Biszkopty 30 g (GLU, JAJ,)				Jabłko 150 g		Biszkopty 30 g (GLU, JAJ,)		Biszkopty 50 g (GLU, JAJ,)
2024-02-24 sobota	Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, Sj, Lak.) Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak.) Ryż biały 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, Sj, Lak.) Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak.) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (Sj.) Udko z kurczaka gotowane 150 g Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, Sj, Lak.) Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak.) Ryż brązowy 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, Sj, Lak.) Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak.) Ryż brązowy 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, Sj, Lak.) Udko z kurczaka pieczone 150 g Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak.) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (Sj.) Udko z kurczaka pieczone 75 g Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak.) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, Sj, Lak.) Kopytka z masłem 250 g (GLU, JAJ, Lak.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak.) Ryż biały 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
						Chrupki kukurydziane 30 g				Chrupki kukurydziane 30 g
2024-02-24 sobota	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 100 g (S.) pomidory 100 g Cwikła 20,15 g (SO.) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 100 g (S.) pomidory 100 g Pasta z buraczka 25 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 100 g (S.) Pomidor bez skóry 100 g Pasta z buraczka 25 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 100 g (S.) Pomidor 100 g Pasta z buraczka 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 100 g (S.) pomidory 100 g Cwikła 20,15 g (SO.) Herbata czarna bez cukru ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 150 g (S.) pomidor 100 g Pasta z buraczka 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Miód wielokwiatowy 50 g jabłka 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml chrupki kukurydziane 30 g	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) ser żółty pełnotłusty 50 g (Lak.) pomidor 100 g Pasta z buraczka 15,5 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (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	Bogatobiałkowa 9	Niskoiałkowa 10	WEGETARIAŃSKA	
4-02-24 sobota	PN						Chleb razowy 30 g (GLU,_) Szynka wieprzowa gotowana 25 g				
	Śniadanie	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak,_) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU,_) chleb razowy, żyt. 50 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Serek ziołowy 50 g (Lak,_) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 17,5 g Ogórek konserwowy w plastrach 50 g (G, SO,_) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak,_) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU,_) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Serek ziołowy 50 g (Lak,_) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (Sj,_) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU,_) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Serek ziołowy 50 g (Lak,_) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak,_) chleb razowy, żyt. 100 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Serek ziołowy 50 g (Lak,_) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU,_) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Serek ziołowy 50 g (Lak,_) Sałata liść 35 g (Lak,_) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak,_) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU,_) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Szynka wieprzowa gotowana 75 g Serek ziołowy 50 g (Lak,_) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (Sj,_) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU,_) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Serek ziołowy 50 g (Lak,_) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak,_) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU,_) chleb razowy, żyt. 50 g (GLU,_) masło extra 10 g (Lak,_) Ser żółty 30 g (Lak,_) Serek ziołowy 50 g (Lak,_) Ogórek konserwowy w plastrach 50 g (G, SO,_) Sałata liść 17,5 g Herbata czarna bez cukru 250 ml		
2024-02-25 niedziela	II ŚN	Mandarynka 100 g			jabłko pieczone 100 g	Mandarynka 100 g					
	Obiad	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, Sj,_) Kotlet schabowy 100 g (GLU, JAJ,_) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka Colesław 200 g (Lak, SO,_) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, Sj,_) Schab pieczony w sosie własnym 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak,_) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml (GLU, JAJ, Sj,_) 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, Sj,_) 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, Sj,_) 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, Sj,_) 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 350 ml (GLU, JAJ, Sj,_) Schab pieczony w sosie własnym 50 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU,_) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, Sj,_) 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 20 g	wafle ryżowe 20 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	Bogatobiałkowa 9	Niskoiałkowa 10	WEGETARIAŃSKA
2024-02-25 niedziela	Kolacja	chleb mieszany psz.-żył. 50 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 25 g (<u>GLU.</u>) krakowska wieprzowa 50 g (<u>Si.</u>) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (<u>Lak.</u>)	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) krakowska wieprzowa 50 g (<u>Si.</u>) Pomidor 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (<u>Lak.</u>)	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) 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 (<u>Lak.</u>)	chleb razowy, żył. 100 g (<u>GLU.</u>) krakowska wieprzowa 50 g (<u>Si.</u>) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (<u>Lak.</u>)	chleb razowy, żył. 100 g (<u>GLU.</u>) krakowska wieprzowa 50 g (<u>Si.</u>) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (<u>Lak.</u>)	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) krakowska wieprzowa 50 g (<u>Si.</u>) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (<u>Lak.</u>)	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) Dżem niskosłodzony 40 g pierś z indyka gotowana 30 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml wafle ryżowe 20 g	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (<u>GLU.</u>) bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU.</u>) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g Serek topiony 45 g (<u>Lak.</u>) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (<u>Lak.</u>)	
	PN					chleb razowy, żył. 30 g (<u>GLU.</u>) 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,