

	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	WEGETARIANSKA
Śniadanie	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Ser żółty 30 g (Lak.) pierś z indyka wędzona 50 g Papryka świeża paski 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Ser żółty 30 g (Lak.) Szynka drobiowa wędlina 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Twaróg 50 g (Lak.) Szynka drobiowa wędlina 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml (GLU, JAJ, S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Twaróg 50 g (Lak.) Szynka drobiowa wędlina 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) Bułka grahamka 50g 1 szt (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Ser żółty 30 g (Lak.) pierś z indyka wędzona 50 g Papryka świeża paski 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) Bułka grahamka 50g 1 szt (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Ser żółty 30 g (Lak.) pierś z indyka wędzona 50 g Papryka świeża paski 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) Bułka grahamka 1 szt (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) pierś z indyka wędzona 50 g Papryka świeża paski 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml (GLU, JAJ, S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Dżem niskosłodzony 40 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) Bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Twaróg 50 g (Lak.) Ser żółty 50 g (Lak.) Papryka świeża paski 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
2. śniadanie	Gruszka 200 g		jabłko pieczone 100 g		Melon 150 g			Gruszka 200 g	
Obiad	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, S.) Kasza bulgur 200 g (GLU.) Brokuł na parze 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Kasza bulgur 200 g (GLU.) Brokuł na parze 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 Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, S.) Kasza bulgur 200 g (GLU.) Brokuł na parze 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, S.) Kasza bulgur 200 g (GLU.) Brokuł na parze 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Kasza bulgur 200 g (GLU.) Brokuł na parze 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Kasza bulgur 200 g (GLU.) Brokuł na parze 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa na warzyrze warzywnym 350 ml (GLU, S.) Kopytka z masłem 250 g (GLU, JAJ, Lak.) Sos pomidorowy 50 g (GLU.) Brokuł na parze 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
PD				Chrupki kukurydziane 20 g				Chrupki kukurydziane 20 g	
Kolacja	bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g (Lak.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB, S.) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g (Lak.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami, dieta 50 g (RYB, S.) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z ryżem 50 g (S.) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z ryżem 50 g (S.) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g (Lak.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB, S.) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g (Lak.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB, S.) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami, dieta 50 g (RYB, S.) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g (Lak.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 100 g (RYB, S.) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	
Posilek nočný						Chleb razowy 25 g (GLU.) 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	WEGETARIANSKA	
17.12.2024 wtorek	Śniadanie	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g (GLU.) chleb razowy, żyłt. 50 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Pomidor 100 g Masło 82% 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.-żyłt. 25 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Pomidor 100 g Masło 82% 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.-żyłt. 25 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) 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.-żyłt. 25 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) Chleb razowy 100 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Pomidor 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyłt. 75 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 25 g Twarożek z ziarnami 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 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Miód wielokwiatowy 25 g Pomidor 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) chleb razowy, żyłt. 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g (GLU.) masło extra 15 g (Lak.) Twarożek z ziarnami 100 g (Lak.) Pomidor 100 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml
	2. śniadanie	Galaretką owocową niskosłodzoną 150 ml			herbatniki 30 g (GLU, JAJ, Lak.)	Jabłko 150 g		Galaretką owocową niskosłodzoną 150 ml		
17.12.2024 wtorek	Obiad	Zupa owocowa z makaronem 350 g (GLU, JAJ, Lak.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Kluski śląskie z masłem 250 g (GLU, JAJ.) Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa owocowa z makaronem 350 g (GLU, JAJ, Lak.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Kluski śląskie z masłem 250 g (GLU, JAJ.) Marchew gotowana 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (GLU, 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 jarzynowa dieta 350 ml (GLU, Lak, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml (GLU, Lak, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (GLU, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (GLU, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Marchew gotowana 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (GLU, S.) Kluski śląskie z masłem 250 g (GLU, JAJ.) Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD				wafle ryżowe 10 g	wafle ryżowe 10 g				
17.12.2024 wtorek	Kolacja	bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g (GLU.) szynka gotowana drobiowa 50 g Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g (GLU.) szynka gotowana drobiowa 50 g Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g (GLU.) Jajo gotowane na miękko 50 g (JAJ.) Schab pieczony wędlina 50 g Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń na mleku b/c 200 ml (Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g (GLU.) Jajo gotowane na miękko 50 g (JAJ.) Schab pieczony wędlina 50 g Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	chleb razowy, żyłt. 100 g (GLU.) szynka gotowana drobiowa 50 g Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g szynka gotowana drobiowa 50 g Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 75 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g szynka gotowana drobiowa 50 g Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt (Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g (GLU.) szynka gotowana drobiowa 50 g Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)
	Posiłek nocny					Chleb razowy 25 g (GLU.) 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	WEGETARIANSKA	
22.12.2024 niedziela	Śniadanie	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) pieńsz z indyka wędzona 50 g (JAJ.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) pieńsz z indyka gotowana 50 g (JAJ.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Pomidor 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) pieńsz z indyka gotowana 50 g (JAJ.) Twaróg 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml (GLU, S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) pieńsz z indyka gotowana 50 g (JAJ.) Twaróg 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) pieńsz z indyka gotowana 50 g (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) pieńsz z indyka wędzona 50 g (JAJ.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) pieńsz z indyka gotowana 30 g (JAJ.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml (GLU, S.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) pieńsz z indyka gotowana 50 g (JAJ.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Pomidor 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Twaróg 50 g (Lak.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Pomidor 100 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml
	2. śniadanie	Kiwi 100 g		herbatniki 30 g (GLU, JAJ, Lak.)		Kiwi 100 g				
	Obiad	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, S.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g (GLU, Lak, S.) Kasza kuskus 200 g (GLU.) Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, S.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g (GLU, Lak, S.) Kasza kuskus 200 g (GLU.) Marchew gotowana 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, S.) Potrawka z kurczaka z ziołami b/śmietany 150 g (GLU, S.) 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.) Potrawka z kurczaka z ziołami b/śmietany 150 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.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g (GLU, Lak, S.) Kasza kuskus 200 g (GLU.) Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, S.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g (GLU, Lak, S.) Kasza kuskus 200 g (GLU.) Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, S.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza kuskus 200 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, S.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza kuskus 200 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml (GLU, JAJ, S.) Pierogi z serem i kaszą gryczaną 250 g (GLU, Lak.) Jogurt naturalny 1 szt (Lak.) Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD			Chrupki kukurydziane 20 g		Chrupki kukurydziane 20 g				
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g Serek topiony 30 g (Lak.) Pasta warzywna z zieleniną 100 g (S.) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Salata liść 35 g Serek topiony 30 g (Lak.) Pasta warzywna z zieleniną 100 g (S.) Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Salata liść 35 g szynka gotowana wieprzowa 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Salata liść 35 g szynka gotowana wieprzowa 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g Serek topiony 30 g (Lak.) Pasta warzywna z zieleniną 100 g (S.) Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g Serek topiony 30 g (Lak.) Pasta warzywna z zieleniną 100 g (S.) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g Pasta warzywna z zieleniną 100 g (S.) Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Salata liść 35 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g Serek topiony 30 g (Lak.) Pasta warzywna z zieleniną 100 g (S.) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml
	Posiłek nocny					Chleb razowy 25 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,