

	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	
24.03.2025 poniedziałek	Śniadanie	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) bulka pszenna wrocławska 25 g (GLU, GLU.) chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) pierś z indyka wędzona 50 g Twarożek z ogórkiem i koperkiem 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU, GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) pierś z indyka wędzona 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU, GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Polędwica z indyka 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml (GLU, S.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU, S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Polędwica z indyka 50 g Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 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.) pierś z indyka wędzona 50 g Twarożek z ogórkiem i koperkiem 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) pierś z indyka wędzona 50 g Twarożek z ogórkiem i koperkiem 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 75 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g pierś z indyka wędzona 50 g Twarożek z ogórkiem i koperkiem 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml (GLU, S.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU, S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Miód wielokwiatowy 25 g Polędwica z indyka 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (GLU, Lak.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU, S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g Twarożek z ogórkiem i koperkiem 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml
		Jogurt owocowy 150g 1 szt (Lak.)		wafle ryżowe 10 g		Mandarynka 100 g		Jogurt owocowy 150g 1 szt (Lak.)		
24.03.2025 poniedziałek	Obiad	Zupa Żurek 350 ml (GLU, JAJ, S, Lak, SO.) Błkta wieprzowa w sosie własnym 100 g (GLU, GLU.) Kasza kuskus 200 g (GLU.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i szczypiorkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Cukinia pieczona 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa na wywarze warzywnym 350 ml (GLU, S.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Cukinia pieczona 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Żurek 350 ml (GLU, JAJ, S, Lak, SO.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, S.) Kasza kuskus 200 g (GLU.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i szczypiorkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Żurek 350 ml (GLU, JAJ, S, Lak, SO.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, S.) Kasza kuskus 200 g (GLU.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i szczypiorkiem 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Żurek 350 ml (GLU, JAJ, S, Lak, SO.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Kasza kuskus 200 g (GLU.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i szczypiorkiem 200 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 Cukinia pieczona 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa na wywarze warzywnym 350 ml (GLU, S.) Makaron świderki z serem białym i masłem 400 g (GLU, JAJ, Lak, molLe zawieraAt: S, G.) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i szczypiorkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
				Chrupki kukurydziane 20 g		Chrupki kukurydziane 20 g				
24.03.2025 poniedziałek	Kolacja	bulka pszenna wrocławska 25 g (GLU, GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 100 g (RYB, S.) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)	bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU, GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami, dieta 100 g (RYB, S.) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)	bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU, 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 Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)	bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU, 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 Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 100 g (RYB, S.) Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń na mleku b/c 200 ml (Lak.) Sałata liść 15 g	Chleb razowy 100 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 100 g (RYB, S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.) Sałata liść 15 g	Chleb razowy 75 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami, dieta 100 g (RYB, S.) Sałata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU, GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami, dieta 100 g (RYB, S.) Sałata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	bulka pszenna wrocławska 25 g (GLU, GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 100 g (RYB, S.) sałata masłowa 15 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)
						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	
27.03.2025 czwartek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, S.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU, S.) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, S, Lak.) Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 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, S.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, S.) szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, S, Lak.) Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 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, S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, S.) masło extra 10 g (Lak.) szynka gotowana wieprzowa 50 g Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml (GLU, S, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, S.) masło extra 10 g (Lak.) szynka gotowana wieprzowa 50 g Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 50 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) chleb razowy, żyt. 100 g (GLU, S.) masło extra 10 g (Lak.) Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU, S.) masło extra 10 g (Lak.) szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, S, Lak.) Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 75 g (GLU, S.) margaryna / mix do smarowania 10 g szynkowa wieprzowa 25 g (GLU, S, Lak.) Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml (GLU, S, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, S.) margaryna / mix do smarowania 10 g Miód wielokwiatowy 25 g szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, S, Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, S.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU, S.) Twarożek z zieleniną 100 g (Lak.) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	
	2. śniadanie	Banan 1 sztuka 150 g				Gruszka 200 g			Banan 1 sztuka 150 g		
	Obiad	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Rumsztyk smażony z cebulką 150 g (GLU, JAJ.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (GLU, JAJ.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa zacierkowa, dieta 350 ml (GLU, JAJ, S.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (GLU, JAJ.) 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, JAJ.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (GLU, JAJ.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (GLU, JAJ.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 75 g (GLU, JAJ.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa zacierkowa, dieta 350 ml (GLU, JAJ, S.) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g (GLU, JAJ.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krem brokułowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Pierogi z serem i kaszą gryczaną 250 g (GLU, Lak.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
PD				wafle ryżowe 10 g	wafle ryżowe 10 g						
Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) Sałata liść 35 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 Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) 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 zieleniną 100 g (S.) 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 zieleniną 100 g (S.) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 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.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml chrupki kukurydziane 20 g	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) ser żółty pełnotłusty 50 g (Lak.) 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.)		
Posiłek nocny						Chleb razowy 30 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	
29.03.2025 sobota	Śniadanie	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU,) połędwica z indyka gotowana 50 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną i olejem 35 g masło extra 10 g (Lak.) 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,) połędwica z indyka gotowana 50 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (GLU, Lak.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU,) masło extra 10 g (Lak.) połędwica z indyka gotowana 50 g Miód wielokwiatowy 25 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami jęczmiennymi b/ml 300 ml (GLU, S.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU,) masło extra 10 g (Lak.) połędwica z indyka gotowana 50 g Miód wielokwiatowy 25 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 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.) Serek homogenizowany naturalny 50 g (Lak.) połędwica z indyka gotowana 50 g Mix sałat z zieleniną i olejem 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU,) masło extra 10 g (Lak.) połędwica z indyka gotowana 50 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną i olejem 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 75 g (GLU,) margaryna / mix do smarowania 10 g połędwica z indyka gotowana 25 g Serek homogenizowany naturalny 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną i olejem 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami jęczmiennymi 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 połędwica z indyka gotowana 50 g Miód wielokwiatowy 25 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne 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 zieleniną i olejem 35 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	
	2. śniadanie	Mandarynka 100 g		herbatniki 30 g (GLU, JAJ, Lak.)		Jabłko 150 g			Mandarynka 100 g		
	Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Klopsiki wieprzowe 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ryż biały 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (S.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Klopsiki wieprzowe 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ryż brązowy 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Klopsiki wieprzowe 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ryż brązowy 200 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Klopsiki wieprzowe 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ryż biały 200 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (S.) Klopsiki wieprzowe 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (S.) Klopsiki wieprzowe 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (S.) Kopytka z masłem 250 g (GLU, JAJ, Lak.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) 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,) Ser żółty 30 g (Lak.) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) papryka konserwowa 100 g (G, SO,) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt owocowy 150g 1 szt (Lak.)	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU,) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU,) Ser żółty 30 g (Lak.) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) pomidory 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt owocowy 150g 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU,) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) Pomidor bez skóry 100 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 Ser żółty 30 g (Lak.) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) Pomidor 100 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 Ser żółty 30 g (Lak.) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) pomidory 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 50 g (GLU,) margaryna / mix do smarowania 10 g Ser żółty 30 g (Lak.) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) pomidory 100 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,) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU,) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU,) Ser żółty 60 g (Lak.) pomidory 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt owocowy 150g 1 szt (Lak.)		
Posiłek nocny						Chleb razowy 30 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	
30.03.2025 niedziela	Śniadanie	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) Chleb mieszany pszenno żytni 25 g (GLU.) chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Serek ziółowy 50 g (Lak.) Kielbaski Wiedeńskie 2 sztuki 100 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) Chleb mieszany pszenno żytni 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Serek ziółowy 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 mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Serek ziółowy 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 (S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Serek ziółowy 50 g (Lak.) Kielbaski Wiedeńskie 2 sztuki 100 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) Serek ziółowy 50 g (Lak.) masło extra 10 g (Lak.) Serek ziółowy 50 g (Lak.) Kielbaski Wiedeńskie 2 sztuki 100 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) Serek ziółowy 50 g (Lak.) Kielbaski Wiedeńskie 2 sztuki 100 g Sałata liść 35 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 75 g (GLU.) Serek ziółowy 50 g (Lak.) Kielbaski Wiedeńskie 2 sztuki 100 g Sałata liść 35 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) 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 (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 ziółowy 50 g (Lak.) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
		Kiwi 100 g		jabłko pieczone 100 g			Kiwi 100 g			
30.03.2025 niedziela	Obiad	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml (GLU, JAJ, S, molLe zawieraAł: Sj, G.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Dyńia pieczona 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml (GLU, JAJ, S, molLe zawieraAł: Sj, G.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Dyńia pieczona 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml (GLU, JAJ, S, molLe zawieraAł: Sj, G.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Dyńia pieczona 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml (GLU, JAJ, S, molLe zawieraAł: Sj, G.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos śmietanowo-musztardowy 50 g (GLU, Lak, SO.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml (GLU, JAJ, S, molLe zawieraAł: Sj, G.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos śmietanowo-musztardowy 50 g (GLU, Lak, SO.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml (GLU, JAJ, S, molLe zawieraAł: Sj, G.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml (GLU, JAJ, S, molLe zawieraAł: Sj, G.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Dyńia pieczona 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml (GLU, JAJ, S, molLe zawieraAł: Sj, G.) Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ.) Sos śmietanowo-musztardowy 200 g Dyńia pieczona 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
		wafle ryżowe 10 g				wafle ryżowe 10 g				
30.03.2025 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno żytni 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Kapusta pekińska z kukurydzą i ziarnem 70 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)	chleb mieszany psz.-żyt. 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.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Schab pieczony wędliną 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.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Schab pieczony wędliną 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, żyt. 100 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Kapusta pekińska z kukurydzą i ziarnem 70 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak.)	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Kapusta pekińska z kukurydzą i ziarnem 70 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak.)	chleb razowy, żyt. 75 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Kapusta pekińska z kukurydzą i ziarnem 70 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kefir naturalny 150g 1 szt (Lak.)	chleb mieszany psz.-żyt. 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.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Kapusta pekińska z kukurydzą i ziarnem 70 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.)
							chleb razowy, żyt. 30 g (GLU.) Twaróg 30 g (Lak.)			
30.03.2025 niedziela	Posiłek nocny									

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,