

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIANSKA
06.05.2025 wtorek	Śniadanie								
	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB. S.) Sałata liść 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami, dieta 50 g (RYB. S.) Sałata liść 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Twaróg 50 g (Lak.) Sałata liść 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (S.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Twaróg 50 g (Lak.) Sałata liść 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Bułka grahamka 1 szt (GLU.) Chleb razowy 30 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Połędwica z indyka 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB. S.) Sałata liść 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Bułka grahamka 1 szt (GLU.) Chleb razowy 30 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB. S.) Sałata liść 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Bułka grahamka 1 szt (GLU.) chleb razowy, żyt. 30 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB. S.) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (S.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami, dieta 50 g (RYB. S.) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB. S.) Twaróg 50 g (Lak.) Sałata liść 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml
	herbatniki 30 g (GLU, JAJ, Lak.)		jabłko pieczone 100 g		Melon 150 g			herbatniki 30 g (GLU, JAJ, Lak.)	
	Obiad								
	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (GLU, S.) Bigos z młodej kapusty 350 g (GLU, Sj, Lak.) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (GLU, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (GLU, S.) Zrazik wieprzowy z warzywami, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik na wywarze warzywnym 350 ml (GLU, S.) Zrazik wieprzowy z warzywami, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (GLU, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (GLU, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (GLU, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (GLU, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik na wywarze warzywnym 350 ml (GLU, S.) Kotlety ziemniaczane 3szt. 250 g (GLU, JAJ.) Sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD								
				Kisiel gotowany b/cukru 200 ml		Kisiel gotowany b/cukru 200 ml			
	Kolacja								
	bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S.) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml 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.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S.) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana z kruszonką 50g 1 szt (GLU, Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Schab pieczony wędlina 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.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Schab pieczony wędlina 50 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt (Lak.)	bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S.) Sałata liść 15 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 krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S.) Sałata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 50 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S.) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt (Lak.)	bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S.) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S.) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana z kruszonką 50g 1 szt (GLU, Lak.)
	Posiłek nocny								
						Chleb razowy 25 g (GLU.) Twaróg 30 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	WEGETARIANSKA	
08.05.2025 czwartek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 100 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Szynka drobiowa wędlina 50 g Serek ziółowy 50 g (Lak.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Schnab pieczony wędlina 50 g Serek ziółowy 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml (GLU, S.) chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Schnab pieczony wędlina 50 g Serek ziółowy 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) chleb razowy, żył. 100 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 100 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żył. 100 g (GLU.) Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 100 g Pomidor 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żył. 75 g (GLU.) Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 100 g Pomidor 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml (GLU, S.) chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 100 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak.) chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Serek ziółowy 100 g (Lak.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	
	2. śniadanie	Galaretką owocową niskosłodzona 150 ml			jabłko pieczone 100 g	Kiwi 100 g			Galaretką owocową niskosłodzona 150 ml		
	Obiad	Zupa szczawiowa 350 ml (GLU, JAJ, Lak, S.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos śmietanowo-musztardowy 50 g (GLU, Lak, SO.) Ryż biały 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml (GLU, Lak, S.) 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 na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (GLU, S.) 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 szczawiowa 350 ml (GLU, JAJ, Lak, S.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos śmietanowo-musztardowy 50 g (GLU, Lak, SO.) Ryż brązowy 200 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa szczawiowa 350 ml (GLU, JAJ, Lak, S.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos śmietanowo-musztardowy 50 g (GLU, Lak, SO.) Ryż brązowy 200 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa szczawiowa 350 ml (GLU, JAJ, Lak, S.) Potrawka z kurczaka z ziołami 150 g (GLU, Lak, S.) Ryż brązowy 200 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (GLU, S.) 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 jarzynowa dieta 350 ml (GLU, Lak, S.) Ryż zapiekany z jabłkami 350 g Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml		
	PD				chrupki kukurydziane 20 g				Chrupki kukurydziane 20 g		
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Kielbaski Frankfurterki 2 sztuki 100 g Ser żółty 30 g (Lak.) Ogórek konserwowy w plasterkach 100 g (G, SO.) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, Sj, Lak.) Ser żółty 30 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 50 g (S.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 50 g (S.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	chleb razowy, żył. 100 g (GLU.) Kielbaski Frankfurterki 2 sztuki 100 g Ser żółty 30 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	chleb razowy, żył. 100 g (GLU.) Kielbaski Frankfurterki 2 sztuki 100 g Ser żółty 30 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	chleb razowy, żył. 75 g (GLU.) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 100 g (S.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, Sj, Lak.) Pasta warzywna z zieleniną 100 g (S.) Ogórek konserwowy w plasterkach 100 g (G, SO.) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)		
	Posiłek nocny						chleb razowy, żył. 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,