

|                         | Podstawowa 1  | Łatwostrawna 2  | Łatwostrawna Z Ogr. Ti. 3  | Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4  | Bogatoresztkowa 5   | Z or. iat. przys. węgl. 6A   | Ubogoenergetyczna 8  | BEZMLECZNA  | WEGETARIANŚKA   |
|-------------------------|---------------|---|--|--|---|--|--|---|---|
| 12.05.2025 poniedziałek | Śniadanie     | Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Poledwica z indyka 50 g<br>Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Rzodkiewka- plastry 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml  | Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Poledwica z indyka 50 g<br>Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Salata liść 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Poledwica z indyka 50 g<br>Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Rzodkiewka- plastry 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Poledwica z indyka 50 g<br>Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Rzodkiewka- plastry 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml                  | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Poledwica z indyka 50 g<br>Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Rzodkiewka- plastry 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml                           | Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Poledwica z indyka 50 g<br>Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Rzodkiewka- plastry 100 g<br>Salata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml                                  | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Poledwica z indyka 50 g<br>Salata liść 15 g<br>Dżem niskosłodzony 40 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml  | Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Twarożek z zieleniną 100 g<br>Rzodkiewka- plastry 50 g<br>Salata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml |
|                         |               | Jabłko 150 g  |  | jabłko pieczone 100 g  |   | Jabłko 150 g   |  |   |   |
|                         | Obiad         | Zupa grochowa 350 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Makaron (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 400 g ( <b>GLU, JAJ, S, molLe zawieraĀt: Sj, G.</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Makaron (200g) w sosie bolońskim, dieta (200g) 400 g ( <b>GLU, JAJ, S, molLe zawieraĀt: Sj, G.</b> )<br>Dynia pieczona 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml   | Zupa grochowa 350 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Makaron razowy (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 400 g ( <b>GLU, JAJ, S.</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa grochowa 350 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Makaron razowy (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 400 g ( <b>GLU, JAJ, S.</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g<br>Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml   | Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Makaron razowy (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 400 g ( <b>GLU, JAJ, S.</b> )<br>Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g<br>Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml | Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Makaron (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 400 g ( <b>GLU, JAJ, S, molLe zawieraĀt: Sj, G.</b> )<br>Dynia pieczona 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml      | Zupa ziemniaczana na wyw. warzywnym 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Naleśniki z dżemem 2szt. 250 g ( <b>GLU, JAJ, Lak.</b> )<br>Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  |   |
|                         | PD            |   | herbatniki 30 g ( <b>GLU, JAJ, Lak.</b> )  |  | Kalafior gotowany z zieleniną 150 g   |  |  |   |   |
|                         | Kolacja       | Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Schab pieczony wędlna 50 g<br>Sos tatarski 50 g ( <b>JAJ, Lak, G, SO.</b> )<br>Mix salat z zieleniną, dieta 20 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> ) | Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Schab pieczony wędlna 50 g<br>Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <b>S.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )        | Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Schab pieczony wędlna 50 g<br>Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <b>S.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )                                | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Schab pieczony wędlna 50 g<br>Sos tatarski 50 g ( <b>JAJ, Lak, G, SO.</b> )<br>Mix salat z zieleniną, dieta 20 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> ) | Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Schab pieczony wędlna 50 g<br>Mix salat z zieleniną, dieta 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )                            | Bułka pszenna 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Schab pieczony wędlna 75 g<br>Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <b>S.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Chrupki kukurydziane 20 g | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Ser pleśniowy 40 g ( <b>Lak.</b> )<br>Mix salat z zieleniną, dieta 35 g<br>Sos tatarski 50 g ( <b>JAJ, Lak, G, SO.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> ) |   |
|                         | Posiłek nocny |   |  |  | Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Szynka drobiowa wędlna 25 g  |  |  |   |   |

|                   | Podstawowa 1  | Łatwostrawna 2  | Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3   | Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4   | Bogatoresztkowa 5   | Z or. iat. przys. węgl. 6A   | Ubogoenergetyczna 8   | BEZMLECZNA  | WEGETARIANŚKA  |  |
|-------------------|---|---|---|---|---|--|---|---|--|--|
| 13.05.2025 wtorek | Śniadanie   | Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka kajzerka 1 szt ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Ogórek zielony 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka kajzerka 1 szt ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g ( <b>G.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka kajzerka 1 szt ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Pasta z białka jaja 50 g ( <b>JAJ, Lak.</b> )<br>Salata liść 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka kajzerka 1 szt ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Ogórek zielony 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka grahamka 1 szt ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Ogórek zielony 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka grahamka 1 szt ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Ogórek zielony 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml  | Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka drobiowa wędlina 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Ogórek zielony 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml  | Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka kajzerka 1 szt ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Ogórek zielony 50 g ( <b>G.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka grahamka 1 szt ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Ogórek kiszony 50 g ( <b>G.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml |
|                   | 2. śniadanie  | Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml  |   |   |   | Kiwi 100 g   |   |   | Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml   | Kiwi 100 g   |
|                   | Obiad   | Zupa z zielonego groszku 350 ml ( <b>Lak, S.</b> )<br>Kotlet pożarski smażony 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml   | Zupa z zielonego groszku 350 ml ( <b>Lak, S.</b> )<br>Kopytka z masłem 350 g ( <b>GLU, JAJ, Lak.</b> )<br>Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa krupnik jaglany 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Leniwe, dieta 350 g ( <b>GLU, JAJ, Lak.</b> )<br>Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa z zielonego groszku 350 ml ( <b>Lak, S.</b> )<br>Kotlet pożarski pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa z zielonego groszku 350 ml ( <b>Lak, S.</b> )<br>Kotlet pożarski pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml   | Zupa krupnik jaglany 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Kotlet pożarski pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 100 g<br>Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml   | Zupa krupnik jaglany 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Kotlet pożarski pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml   | Zupa krupnik jaglany 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Kopytka z masłem 350 g ( <b>GLU, JAJ, Lak.</b> )<br>Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa krupnik jagl. na wyw. warzywnym 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Kopytka z masłem 350 g ( <b>GLU, JAJ, Lak.</b> )<br>Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  |
|                   | PD  |   |   |   | Chrupki kukurydziane 20 g   | Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )   |   |   |  |  |
| Kolacja           | Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Salatka z ryż. braz. z tuńczykiem i fasolą 100 g ( <b>JAJ, RYB, Lak, G, SO.</b> )<br>Salata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml | Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka drobiowa wędlina 50 g<br>Salata liść 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml                              | Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka drobiowa wędlina 50 g<br>Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 50 g ( <b>RYB, S.</b> )<br>Salata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml               | Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka drobiowa wędlina 50 g<br>Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 50 g ( <b>RYB, S.</b> )<br>Salata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany b/cukru 200 ml               | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Salatka z ryż. braz. z tuńczykiem i fasolą 100 g ( <b>JAJ, RYB, Lak, G, SO.</b> )<br>Salata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany b/cukru 200 ml                                    | Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka drobiowa wędlina 50 g<br>Salatka z ryż. braz. z tuńczykiem i fasolą 100 g ( <b>JAJ, RYB, Lak, G, SO.</b> )<br>Salata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany b/cukru 200 ml                                | Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka drobiowa wędlina 100 g<br>Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 100 g ( <b>RYB, S.</b> )<br>Salata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml | Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Salatka z ryż. braz. z tuńczykiem i fasolą 100 g ( <b>JAJ, RYB, Lak, G, SO.</b> )<br>Salata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml |  |  |
| Posiłek nocny     |   |   |   |   |   | Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Szynka drobiowa wędlina 25 g  |   |   |  |  |

|                  | Podstawowa 1  | Łatwostrawna 2   | Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3   | Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4  | Bogatoresztkowa 5   | Z or. iat. przys. węgl. 6A   | Ubogoenergetyczna 8  | BEZMLECZNA  | WEGETARIANŚKA   |
|------------------|---------------|--|---|--|---|--|--|---|---|
| 14.05.2025 środa | Śniadanie     | Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml ( <b>Lak.</b> )<br>Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kielbasa krakowska 50 g ( <b>Si.</b> )<br>Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieloną 50 g<br>Papryka świeża paski 50 g<br>Salata lodowa z zieloną 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml ( <b>Lak.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kielbasa krakowska 50 g ( <b>Si.</b> )<br>Ser biały, plaster 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Salata lodowa z zieloną 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml ( <b>Lak.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Poledwica z indyka 50 g<br>Ser biały, plaster 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Salata lodowa z zieloną 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml ( <b>S.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Poledwica z indyka 50 g<br>Ser biały, plaster 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Salata lodowa z zieloną 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml ( <b>S.</b> )<br>Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kielbasa krakowska 50 g ( <b>Si.</b> )<br>Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieloną 50 g<br>Papryka świeża paski 50 g<br>Salata lodowa z zieloną 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kielbasa krakowska 50 g ( <b>Si.</b> )<br>Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieloną 50 g<br>Papryka świeża paski 50 g<br>Salata lodowa z zieloną 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml   | Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Ser biały, plaster 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieloną 50 g<br>Papryka świeża paski 50 g<br>Salata lodowa z zieloną 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml  | Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml ( <b>S.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Ser biały, plaster 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieloną 50 g<br>Papryka świeża paski 50 g<br>Salata lodowa z zieloną 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml |
|                  |               | Banan 1 sztuka 150 g   |   |  | Jabłko 150 g  | Ser biały, plaster 50 g ( <b>Lak.</b> )  | Jabłko 150 g   | Banan 1 sztuka 150 g  |   |
| 14.05.2025 środa | Obiad         | Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU., JAJ., S. moLLe zawieraA+: Si, G.</b> )<br>Filet z kurczaka pieczony 100 g<br>Sos szpinakowy 50 g ( <b>GLU., Lak.</b> )<br>Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> )<br>Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml ( <b>GLU., JAJ., S. moLLe zawieraA+: Si, G.</b> )<br>Filet z kurczaka pieczony 100 g<br>Sos szpinakowy b/ml 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> )<br>Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml                  | Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU., JAJ., S. moLLe zawieraA+: Si, G.</b> )<br>Filet z kurczaka pieczony 100 g<br>Sos szpinakowy 50 g ( <b>GLU., Lak.</b> )<br>Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> )<br>Salatka z buraczka 200 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml                   | Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU., JAJ., S. moLLe zawieraA+: Si, G.</b> )<br>Filet z kurczaka pieczony 100 g<br>Sos szpinakowy 50 g ( <b>GLU., Lak.</b> )<br>Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> )<br>Salatka z buraczka 200 g<br>Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml                                | Zupa rosół z makaronem z wywarze warzywnym 350 ml ( <b>GLU., JAJ., S. moLLe zawieraA+: Si, G.</b> )<br>Filet z kurczaka pieczony 100 g<br>Sos szpinakowy b/ml 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> )<br>Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml                      | Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml ( <b>GLU., JAJ., S. moLLe zawieraA+: Si, G.</b> )<br>Filet z kurczaka pieczony 100 g<br>Sos szpinakowy b/ml 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> )<br>Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml | Zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU., JAJ., S. moLLe zawieraA+: Si, G.</b> )<br>Filet z kurczaka pieczony 100 g<br>Sos szpinakowy b/ml 50 g ( <b>GLU., Lak.</b> )<br>Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> )<br>Salatka z buraczka 200 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml                   | Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml ( <b>GLU., JAJ., S. moLLe zawieraA+: Si, G.</b> )<br>Kotlety ziemniaczane 3szt. 250 g ( <b>GLU., JAJ.</b> )<br>Sos szpinakowy 50 g ( <b>GLU., Lak.</b> )<br>Salatka z buraczka 200 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml   |
|                  |               | Chrupki kukurydziane 20 g  |   |  | Jabłko 150 g  |  |  |   |   |
| 14.05.2025 środa | Kolacja       | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Kielbaski Wiedeńskie 2 sztuki 100 g<br>Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieloną 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )   | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Sal. z pomidora b/skóry z zieloną 100 g<br>Miód wielokwiatowy 25 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )                           | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Sal. z pomidora b/skóry z zieloną 100 g<br>Miód wielokwiatowy 25 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )            | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Kielbaski Wiedeńskie 2 sztuki 100 g<br>Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieloną 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )   | Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieloną 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )  | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieloną 100 g<br>Miód wielokwiatowy 25 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>wafle ryżowe 20 g                             | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Ser żółty 45 g ( <b>Lak.</b> )<br>Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieloną 100 g<br>Miód wielokwiatowy 25 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> ) |   |
|                  |               | Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Poledwica z indyka 25 g   |   |  |   |  |  |   |   |
| 14.05.2025 środa | Posilek nocny |  |   |  |   |  |  |   |   |
|                  |               |  |   |  |   |  |  |   |   |

|                     | Podstawowa 1 | Łatwostrawna 2   | Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3  | Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4  | Bogatoresztkowa 5   | Z or. iat. przys. węgl. 6A   | Ubogoenergetyczna 8  | BEZMLECZNA  | WEGETARIANŚKA   |  |
|---------------------|--------------|--|--|--|---|--|--|---|---|--|
| 15.05.2025 czwartek | Śniadanie    | Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml ( <b>GLU, JAJ, Lak, molLe zawieraAł: Sj, G.</b> )<br>Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pierś z indyka wędzona 50 g<br>Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g<br>Rzodkiewka z koperkiem 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml ( <b>GLU, JAJ, Lak, molLe zawieraAł: Sj, G.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pierś z indyka wędzona 50 g<br>Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g<br>Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml ( <b>GLU, JAJ, Lak, molLe zawieraAł: Sj, G.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Poledwica z indyka 50 g<br>Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 50 g ( <b>S.</b> )<br>Mix sałat z zieleniną, dieta 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml ( <b>GLU, JAJ, S.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Poledwica z indyka 50 g<br>Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 50 g ( <b>S.</b> )<br>Mix sałat z zieleniną, dieta 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml ( <b>GLU, JAJ, S.</b> )<br>Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pierś z indyka wędzona 50 g<br>Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g<br>Rzodkiewka z koperkiem 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pierś z indyka wędzona 50 g<br>Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g<br>Rzodkiewka z koperkiem 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml                                | Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 100 g<br>Rzodkiewka z koperkiem 50 g<br>Mix sałat z zieleniną, dieta 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml  | Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml ( <b>GLU, JAJ, S.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Pierś z indyka wędzona 50 g<br>Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g<br>Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml ( <b>GLU, JAJ, Lak, molLe zawieraAł: Sj, G.</b> )<br>Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pierś z indyka wędzona 50 g<br>Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g<br>Rzodkiewka z koperkiem 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml |
|                     |              | 2. śniadanie   | wafle ryżowe 20 g  |  |   |  | Gruszka 200 g  | wafle ryżowe 20 g   |   | Gruszka 200 g  |
| 15.05.2025 czwartek | Obiad        | Zupa dyniowa krem 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> )<br>Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> )<br>sos jarzynowy 50 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Mizeria ze szczypiorkiem 200 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml   | Zupa dyniowa krem 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> )<br>Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Szpinak gotowany 150 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> )<br>sos jarzynowy 50 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Szpinak gotowany 150 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa dyniowa krem 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> )<br>Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> )<br>sos jarzynowy 50 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Kasza gryczana 200 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mizeria ze szczypiorkiem 200 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml   | Zupa dyniowa krem 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> )<br>Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> )<br>sos jarzynowy 50 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Kasza gryczana 200 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mizeria ze szczypiorkiem 200 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml                              | Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> )<br>sos jarzynowy 50 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Kasza gryczana 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Szpinak gotowany 150 g<br>Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml   | Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> )<br>sos jarzynowy 50 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Szpinak gotowany 150 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml                     | Zupa dyniowa krem b/glut., b/soli 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Kaszotto z warzywami 400 g ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>sos jarzynowy 50 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Szpinak gotowany 150 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa dyniowa krem b/glut., b/soli 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Kaszotto z warzywami 400 g ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>sos jarzynowy 50 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Szpinak gotowany 150 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml   |
|                     |              | PD   | herbatniki 30 g ( <b>GLU, JAJ, Lak.</b> )  |  |   |  | Podplomyki 1 szt   |   |   |  |
| 15.05.2025 czwartek | Kolacja      | Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka drobiowa wędlna 50 g<br>Salatka brokul.-kafałior. z jajkiem i sosem jog. 100 g ( <b>JAJ, Lak, G.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )                         | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka drobiowa wędlna 50 g<br>Salatka brokul.-kafałior. z jajkiem i sosem jog. 100 g ( <b>JAJ, Lak, G.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )                                  | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Schab pieczony wędlna 50 g<br>Pomidor bez skóry 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )  | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka drobiowa wędlna 50 g<br>Salatka brokul.-kafałior. z jajkiem i sosem jog. 100 g ( <b>JAJ, Lak, G.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )   | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka drobiowa wędlna 50 g<br>Salatka brokul.-kafałior. z jajkiem i sosem jog. 100 g ( <b>JAJ, Lak, G.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru ml<br>Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )   | Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Schab pieczony wędlna 50 g<br>Salatka brokul.-kafałior. z jajkiem i sosem jog. 100 g ( <b>JAJ, Lak, G.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> ) | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Schab pieczony wędlna 75 g<br>Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Pomidor bez skóry 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Chrupki kukurydziane 20 g | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Serek topiony 60 g ( <b>Lak.</b> )<br>Salatka brokul.-kafałior. z jajkiem i sosem jog. 150 g ( <b>JAJ, Lak, G.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )          |  |
|                     |              | Posilek nocny  |  |  |   |  | Chleb razowy 30 g ( <b>GLU.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 25 g  |   |   |  |

|                   | Podstawowa 1  | Łatwostrawna 2   | Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3  | Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4  | Bogatoresztkowa 5  | Z or. iat. przys. węgl. 6A   | Ubogoenergetyczna 8   | BEZMLECZNA   | WEGETARIANŚKA  |
|-------------------|---------------|--|--|--|--|--|---|--|--|
| 16.05.2025 piątek | Śniadanie     | Zupa ml. Platkı jęczmienne na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Dżem niskosłodzony 40 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml                     | Zupa ml. Platkı jęczmienne na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>jabłko prażone 60 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml                   | Zupa jarzynowa z platkami jęczmiennymi b/ml 300 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>jabłko prażone 60 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml         | Zupa ml. Platkı jęczmienne na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka drobiowa wędłina 50 g<br>Twaróg z ziarnami 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml              | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka drobiowa wędłina 50 g<br>Twaróg z ziarnami 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml   | Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka drobiowa wędłina 50 g<br>Twaróg z ziarnami 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pomidor 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml   | Zupa jarzynowa z platkami jęczmiennymi b/ml 300 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Dżem niskosłodzony 40 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml                    | Zupa ml. Platkı jęczmienne na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Dżem niskosłodzony 40 g<br>Jabłko 150 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml                            |
|                   |               | Rogalik maśłany 1 szt ( <b>GLU, Lak.</b> )   |  |  | Jabłko 150 g   |  |   | Rogalik maśłany 1 szt ( <b>GLU, Lak.</b> )   |  |
| 16.05.2025 piątek | Obiad         | Zupa barszcz czerwony z botwinką 350 ml ( <b>GLU, Sj, Lak, SO, moŁLe zawieraĄt: G.</b> )<br>Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> )<br>Ryż biały 200 g<br>Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml                                     | Zupa barszcz czerwony z botwinką 350 ml ( <b>GLU, Sj, Lak, SO, moŁLe zawieraĄt: G.</b> )<br>Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> )<br>Ryż biały 200 g<br>Sos grecki dieta 150 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml                 | Zupa barszcz czerwony niezabielany 350 ml ( <b>Sj, moŁLe zawieraĄt: G.</b> )<br>Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> )<br>Ryż biały 200 g<br>Sos grecki dieta 150 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml                           | Zupa barszcz czerwony z botwinką 350 ml ( <b>GLU, Sj, Lak, SO, moŁLe zawieraĄt: G.</b> )<br>Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> )<br>Ryż brązowy 200 g<br>Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml | Zupa barszcz czerwony z botwinką 350 ml ( <b>GLU, Sj, Lak, SO, moŁLe zawieraĄt: G.</b> )<br>Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> )<br>Ryż brązowy 200 g<br>Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g<br>Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml                         | Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml ( <b>Sj, moŁLe zawieraĄt: G.</b> )<br>Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> )<br>Ryż biały 200 g<br>Sos grecki 150 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml                                  | Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml ( <b>Sj, moŁLe zawieraĄt: G.</b> )<br>Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> )<br>Ryż brązowy 200 g<br>Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml   | Zupa ziemniaczana na wyw. warzywnym 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> )<br>Ryż brązowy 200 g<br>Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml   |
|                   |               | Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml   |  |  | Kisiel gotowany b/cukru 200 ml   |  |   |  |  |
| 16.05.2025 piątek | Kolacja       | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pasta z soczewicy 50 g<br>Papryka konserwowa 50 g ( <b>G, SO.</b> )<br>Sałata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> ) | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pasta z białka jaja 50 g ( <b>JAJ, Lak.</b> )<br>Sałata liść 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> ) | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka drobiowa wędłina 50 g<br>Pasta z białka jaja 50 g ( <b>JAJ, Lak.</b> )<br>Sałata liść 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> ) | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pasta z soczewicy 50 g<br>Papryka konserwowa 50 g ( <b>G, SO.</b> )<br>Sałata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )           | Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Pasta jajeczna z zieleniną 50 g ( <b>JAJ, Lak, G, SO.</b> )<br>Pasta z soczewicy 50 g<br>Papryka konserwowa 50 g ( <b>G, SO.</b> )<br>Sałata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> ) | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka drobiowa wędłina 50 g<br>Pasta jajeczna z zieleniną 50 g ( <b>JAJ, Lak, G, SO.</b> )<br>Sałata liść 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Chrupki kukurydziane 20 g | Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pasta z soczewicy 50 g<br>Papryka konserwowa 50 g ( <b>G, SO.</b> )<br>Sałata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> ) | Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Pasta z soczewicy 50 g<br>Papryka konserwowa 50 g ( <b>G, SO.</b> )<br>Sałata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> ) |
|                   |               |  |  |  |  |  | Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Szynka drobiowa wędłina 25 g   |  |  |
| 16.05.2025 piątek | Posiłek nocny |  |  |  |  |  |   |  |  |
|                   |               |  |  |  |  |  |   |  |  |

|                      | Podstawowa 1   | Łatwostrawna 2  | Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3  | Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4  | Bogatoresztkowa 5   | Z or. iat. przys. węgl. 6A  | Ubogoenergetyczna 8   | BEZMLECZNA  | WEGETARIANŚKA   |  |
|----------------------|--|---|--|--|---|---|---|---|---|--|
| 17.05.2025 sobota    | <b>Śniadanie</b>   | Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> )<br>Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Paszтет pieczony drobiowy 100 g ( <b>GLU, JAJ, S.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml                       | Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Paszтет pieczony drobiowy 100 g ( <b>GLU, JAJ, S.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml   | Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, Sj, Lak.</b> )<br>Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g ( <b>S.</b> )<br>Pomidor bez skóry 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml ( <b>S.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, Sj, Lak.</b> )<br>Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g ( <b>S.</b> )<br>Pomidor bez skóry 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> )<br>Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Paszтет pieczony drobiowy 100 g ( <b>GLU, JAJ, S.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml  | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Paszтет pieczony drobiowy 100 g ( <b>GLU, JAJ, S.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml  | Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, Sj, Lak.</b> )<br>Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g ( <b>S.</b> )<br>Pomidor 50 g<br>Sałata liść 15 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml  | Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml ( <b>S.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Twaróg 100 g ( <b>Lak.</b> )<br>Miód wielokwiatowy 25 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml   | Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Twaróg 100 g ( <b>Lak.</b> )<br>Miód wielokwiatowy 25 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml |
|                      | <b>2. śniadanie</b>  | Banan 1 sztuka 150 g  |  |  |   | Melon 150 g   |   |   | Banan 1 sztuka 150 g  |  |
|                      | <b>Obiad</b>   | Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Gulasz warzywny z wieprzowiną 150 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Surówka z kiszzonej kapusty 200 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Gulasz warzywny z wieprzowiną 150 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml   | Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Gulasz wieprzowy, dieta 150 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml   | Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Gulasz warzywny z wieprzowiną 150 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Surówka z kiszzonej kapusty 200 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Gulasz warzywny z wieprzowiną 150 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Surówka z kiszzonej kapusty 200 g<br>Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml          | Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Gulasz warzywny z wieprzowiną 150 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 100 g<br>Surówka z kiszzonej kapusty 200 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml                                      | Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Gulasz wieprzowy, dieta 150 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa krupnik jagl. na wyw. warzywnym 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Gulasz warzywny z wieprzowiną 150 g ( <b>GLU, S.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 100 g<br>Surówka z kiszzonej kapusty 200 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml   | Zupa krupnik jagl. na wyw. warzywnym 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Gulasz warzywny wege 150 g ( <b>GLU, Lak, S.</b> )<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Surówka z kiszzonej kapusty 200 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  |
|                      | <b>PD</b>  | Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )  |  |  |   | Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )  |   |   |   |  |
| <b>Kolacja</b>       | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>szynka wieprz. gotowana 50 g<br>Pasta z lososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB, Lak.</b> )<br>Ogórek zielony 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>szynka wieprz. gotowana 50 g<br>Pasta z lososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB, Lak.</b> )<br>Mix salat z zieleniną, dieta 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>szynka drobiowa wędlina 50 g<br>Serek ziolowy 50 g ( <b>Lak.</b> )<br>Mix salat z zieleniną, dieta 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>szynka drobiowa wędlina 50 g<br>Pasta z lososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB, Lak.</b> )<br>Ogórek zielony 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany b/cukru 200 ml   | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>szynka wieprz. gotowana 50 g<br>Pasta z lososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB, Lak.</b> )<br>Ogórek zielony 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany b/cukru 200 ml  | Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>szynka wieprz. gotowana 50 g<br>Pasta z lososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB, Lak.</b> )<br>Ogórek zielony 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany b/cukru 200 ml | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>szynka wieprz. gotowana 50 g<br>Mix salat z zieleniną, dieta 35 g<br>Miód wielokwiatowy 25 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>szynka wieprz. gotowana 50 g<br>Pasta z lososia z twarogiem 100 g ( <b>RYB, Lak.</b> )<br>Ogórek zielony 50 g<br>Mix salat z zieleniną, dieta 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>szynka wieprz. gotowana 50 g<br>Pasta z lososia z twarogiem 100 g ( <b>RYB, Lak.</b> )<br>Ogórek zielony 50 g<br>Mix salat z zieleniną, dieta 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml |  |
| <b>Posiłek nocny</b> |  |   |  |  |   | Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Polędwica z indyka 25 g  |   |   |   |  |

|                      | Podstawowa 1  | Łatwostrawna 2   | Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3   | Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4   | Bogatoresztkowa 5  | Z or. iat. przys. węgl. 6A  | Ubogoenergetyczna 8  | BEZMLECZNA   | WEGETARIANŚKA  |   |
|----------------------|---|--|---|---|--|---|--|--|--|---|
| 18.05.2025 niedziela | Śniadanie   | Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Rzodkiewka - wiórki 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml             | Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Herbata liść 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Pasta z białka jaja 50 g ( <b>JAJ, Lak.</b> )<br>Salata liść 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Pasta z białka jaja 50 g ( <b>JAJ, Lak.</b> )<br>Salata liść 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Rzodkiewka - wiórki 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Rzodkiewka - wiórki 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml   | Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> )<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Rzodkiewka - wiórki 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml  | Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml ( <b>GLU, S.</b> )<br>Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Szynka wieprzowa gotowana 50 g<br>Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> )<br>Salata liść 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml | Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> )<br>Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Serek wiejski 150 g ( <b>Lak.</b> )<br>Rzodkiewka - wiórki 100 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml |
|                      | 2. śniadanie  | Jabłko 150 g   |   | jabłko pieczone 100 g   |  | Jabłko 150 g  |  |  |  |   |
|                      | Obiad   | Zupa Selerowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, Lak, S, moLLe zawieraĄt: Sj, G.</b> )<br>Udziec pieczony 100 g<br>Kasza kuskus 200 g ( <b>GLU.</b> )<br>Fasolka szparagowa z masłem 150 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa Selerowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, Lak, S, moLLe zawieraĄt: Sj, G.</b> )<br>Udziec pieczony 100 g<br>Kasza kuskus 200 g ( <b>GLU.</b> )<br>Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S, moLLe zawieraĄt: Sj, G.</b> )<br>Udziec zawijany, dieta 100 g<br>Sos koperkowy 50 g ( <b>GLU, Lak, S.</b> )<br>Kasza kuskus 200 g ( <b>GLU.</b> )<br>Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml                | Zupa Selerowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, Lak, S, moLLe zawieraĄt: Sj, G.</b> )<br>Udziec pieczony 100 g<br>Kasza kuskus 200 g ( <b>GLU.</b> )<br>Fasolka szparagowa z masłem 150 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  | Zupa Selerowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, Lak, S, moLLe zawieraĄt: Sj, G.</b> )<br>Udziec pieczony 100 g<br>Ziemniaki z koperkiem 200 g<br>Fasolka szparagowa z masłem 150 g<br>Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml  | Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S, moLLe zawieraĄt: Sj, G.</b> )<br>Udziec zawijany, dieta 100 g<br>Kasza kuskus 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml | Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S, moLLe zawieraĄt: Sj, G.</b> )<br>Udziec pieczony 100 g<br>Kasza kuskus 200 g ( <b>GLU.</b> )<br>Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU.</b> )<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml                                    | Zupa ziemniaczana na wyw. warzywnym 350 ml ( <b>S.</b> )<br>Papryka faszerowana 1 Por ( <b>GLU, Lak, S.</b> )<br>Sos koperkowy 100 g ( <b>GLU, Lak, S.</b> )<br>Fasolka szparagowa z masłem 150 g<br>Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml  |   |
|                      | PD  |  |   |   | wafle ryżowe 20 g  |   |  |  |  | Kiwi 100 g  |
| Kolacja              | Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Kielbasa krakowska 50 g ( <b>Sj.</b> )<br>Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kapusta pekińska z marchewką i ziarnem 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> ) | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Kielbasa krakowska 50 g ( <b>Sj.</b> )<br>Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kapusta pekińska z marchewką i ziarnem 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> ) | Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Schab pieczony wędlna 50 g<br>Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <b>S.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )                         | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Pierś z indyka wędzona 50 g<br>Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kapusta pekińska z marchewką i ziarnem 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )   | Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Kielbasa krakowska 50 g ( <b>Sj.</b> )<br>Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kapusta pekińska z marchewką i ziarnem 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )                                   | Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Schab pieczony wędlna 25 g<br>Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <b>S.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>wafle ryżowe 20 g   | Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Schab pieczony wędlna 50 g<br>Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <b>S.</b> )<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>wafle ryżowe 20 g      | Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> )<br>Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>Mix do smarowania 10 g<br>Ser żółty 60 g ( <b>Lak.</b> )<br>Kapusta pekińska z marchewką i ziarnem 35 g<br>Herbata czarna bez cukru 250 ml<br>Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> ) |  |   |
| Posiłek nocny        |   |  |   |   | Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> )<br>szynka wieprz. gotowana 25 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,