

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6B	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIANŚKA
09.06.2025 poniedziałek	Śniadanie	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Połędwica z indyka 50 g ( <b>Lak.</b> ) Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Połędwica z indyka 50 g ( <b>Lak.</b> ) Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak.</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Połędwica z indyka 50 g ( <b>Lak.</b> ) Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Połędwica z indyka 50 g ( <b>Lak.</b> ) Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Połędwica z indyka 50 g ( <b>Lak.</b> ) Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Połędwica z indyka 50 g Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Połędwica z indyka 50 g ( <b>Lak.</b> ) Twarożek z zieleniną 100 g ( <b>Lak.</b> ) Mix do smarowania 10 g Połędwica z indyka 50 g Salata liść 15 g Dżem niskosłodzony 40 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Twarożek z zieleniną 100 g ( <b>Lak.</b> ) Ogórek zielony 50 g Salata liść 15 g 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> ) Makaron z musem truskawkowym 400 g ( <b>GLU, JAJ, Lak, molLle zawieraA: Sj, G.</b> ) Bułka maślana 1 szt ( <b>GLU, Lak.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml ( <b>S.</b> ) Makaron z musem truskawkowym 400 g ( <b>GLU, JAJ, Lak, molLle zawieraA: Sj, G.</b> ) Bułka maślana 1 szt ( <b>GLU, Lak.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml ( <b>S.</b> ) Makaron (200g) w sosie bolońskim, dieta (200g) 400 g ( <b>GLU, JAJ, S, molLle zawieraA: Sj, G.</b> ) Dynia pieczona 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grochowa 350 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Makaron razowy (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 400 g ( <b>GLU, JAJ, S.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grochowa 350 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Makaron razowy (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 400 g ( <b>GLU, JAJ, S.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml ( <b>S.</b> ) Makaron razowy (200g) w sosie bolońskim z zieleniną (200g) 300 g ( <b>GLU, JAJ, S.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml ( <b>S.</b> ) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g ( <b>GLU, JAJ, S.</b> ) sos jarzynowy 50 g ( <b>GLU, S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Dynia pieczona 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana na wyw. warzywnym 350 ml ( <b>S.</b> ) Makaron z musem truskawkowym 400 g ( <b>GLU, JAJ, Lak, molLle zawieraA: Sj, G.</b> ) Bułka maślana 1 szt ( <b>GLU, Lak.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD				wafle ryżowe 20 g	Kalańfior gotowany z zieleniną 150 g			
Kolacja	Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> ) Schab pieczony wędlina 50 g Rzodkiewka z koperkiem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )	Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> ) Schab pieczony wędlina 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )	Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <b>S.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> ) Schab pieczony wędlina 50 g Rzodkiewka z koperkiem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Bułka pszenna 25 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 75 g Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <b>S.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> ) Ser pleśniowy 40 g ( <b>Lak.</b> ) Rzodkiewka z koperkiem 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )		

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6B	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIANŚKA	
10.06.2025 wtorek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak,</b> ) Chleb razowy 25 g ( <b>GLU,</b> ) Bułka kajzerka 1 szt ( <b>GLU,</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak,</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>Si,</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ,</b> ) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak,</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU,</b> ) Bułka kajzerka 1 szt ( <b>GLU,</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak,</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>Si,</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ,</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak,</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU,</b> ) Bułka kajzerka 1 szt ( <b>GLU,</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak,</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pasta z białka jaja 50 g ( <b>JAJ, Lak,</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kasza manna 300 ml ( <b>GLU, S,</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU,</b> ) Bułka kajzerka 1 szt ( <b>GLU,</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak,</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pasta z białka jaja 50 g ( <b>JAJ, Lak,</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kasza manna 300 ml ( <b>GLU, S,</b> ) Chleb razowy 25 g ( <b>GLU,</b> ) Bułka grahamka 1 szt ( <b>GLU,</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak,</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>Si,</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ,</b> ) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 25 g ( <b>GLU,</b> ) Bułka grahamka 1 szt ( <b>GLU,</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak,</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ,</b> ) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak,</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ,</b> ) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kasza manna 300 ml ( <b>GLU, S,</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU,</b> ) Bułka kajzerka 1 szt ( <b>GLU,</b> ) Mix do smarowania 10 g Kielbasa krakowska 50 g ( <b>Si,</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ,</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak,</b> ) Chleb razowy 25 g ( <b>GLU,</b> ) Bułka grahamka 1 szt ( <b>GLU,</b> ) Mix do smarowania 10 g Jajo gotowane 100 g ( <b>JAJ,</b> ) Pomidorki koktajlowe 100 g Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
		Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml				Arbuz 300 g			Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml	Arbuz 300 g
		Obiad	Zupa z zielonego groszku 350 ml ( <b>Lak, S,</b> ) Kotlet pożarski smażony 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak,</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z zielonego groszku 350 ml ( <b>Lak, S,</b> ) Kotlet pożarski pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak,</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik jaglany 350 ml ( <b>S,</b> ) Leniwe, dieta 350 g ( <b>GLU, JAJ, Lak,</b> ) Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU,</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z zielonego groszku 350 ml ( <b>Lak, S,</b> ) Kotlet pożarski pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak,</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z zielonego groszku 350 ml ( <b>Lak, S,</b> ) Kotlet pożarski pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak,</b> ) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa z zielonego groszku 350 ml ( <b>S,</b> ) Kotlet pożarski pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak,</b> ) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa krupnik jaglany 350 ml ( <b>S,</b> ) Kotlet pożarski pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU,</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik jaglany 350 ml ( <b>S,</b> ) Kotlet pożarski pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ,</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU,</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
PD				Chrupki kukurydziane 20 g		Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak,</b> )				
Kolejacja	Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU,</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU,</b> ) Mix do smarowania 10 g Ser żółty 30 g ( <b>Lak,</b> ) Salatka z ryż. brąz. z tuńczykiem i fasolą 100 g ( <b>JAJ, RYB, Lak, G, SO,</b> ) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU,</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU,</b> ) Mix do smarowania 10 g Ser żółty 30 g ( <b>Lak,</b> ) Szynka drobiowa wędlna 50 g Ogórek kiszony 50 g ( <b>G,</b> ) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU,</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU,</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlna 50 g Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 50 g ( <b>RYB, S,</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU,</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU,</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlna 50 g Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 50 g ( <b>RYB, S,</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU,</b> ) Mix do smarowania 10 g Ser żółty 30 g ( <b>Lak,</b> ) Salatka z ryż. brąz. z tuńczykiem i fasolą 100 g ( <b>JAJ, RYB, Lak, G, SO,</b> ) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	Chleb razowy 25 g ( <b>GLU,</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlna 50 g Salatka z ryż. brąz. z tuńczykiem i fasolą 100 g ( <b>JAJ, RYB, Lak, G, SO,</b> ) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU,</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU,</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlna 100 g Pasta z dorsza z ryżem i warzywami, dieta 50 g ( <b>RYB, S,</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU,</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU,</b> ) Mix do smarowania 10 g Ser żółty 30 g ( <b>Lak,</b> ) Salatka z ryż. brąz. z tuńczykiem i fasolą 100 g ( <b>JAJ, RYB, Lak, G, SO,</b> ) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml		

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6B	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIANŃSKA		
11.06.2025 środa	Śniadanie	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml ( <b>Lak.</b> ) Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, Sj, Lak.</b> ) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g Papryka świeża paski 50 g Sałata lodowa z zieleniną 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml ( <b>Lak.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, Sj, Lak.</b> ) Ser biały, plaster 50 g ( <b>Lak.</b> ) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml ( <b>Lak.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Połędwica z indyka 50 g Ser biały, plaster 50 g ( <b>Lak.</b> ) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml ( <b>S.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Połędwica z indyka 50 g Ser biały, plaster 50 g ( <b>Lak.</b> ) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml ( <b>S.</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, Sj, Lak.</b> ) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g Papryka świeża paski 50 g Sałata lodowa z zieleniną 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, Sj, Lak.</b> ) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g Papryka świeża paski 50 g Sałata lodowa z zieleniną 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Połędwica z indyka 50 g Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g Papryka świeża paski 50 g Sałata lodowa z zieleniną 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą b/mleka 300 ml ( <b>S.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, Sj, Lak.</b> ) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g Ser biały, plaster 50 g Schab pieczony wędlina 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml ( <b>Lak.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Ser biały, plaster 50 g ( <b>Lak.</b> ) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g Papryka świeża paski 50 g Sałata lodowa z zieleniną 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	
		Banan 1 sztuka 150 g				Jabłko 150 g	Ser biały, plaster 50 g ( <b>Lak.</b> )	Banan 1 sztuka 150 g			
		Obiad		Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S, moLLe zawieraA+: Sj, G.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos szpinakowy b/ml 50 g ( <b>GLU.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Mizeria ze szczypiorkiem 200 g ( <b>Lak.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S, moLLe zawieraA+: Sj, G.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos szpinakowy b/ml 50 g ( <b>GLU.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S, moLLe zawieraA+: Sj, G.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos szpinakowy b/ml 50 g ( <b>GLU.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S, moLLe zawieraA+: Sj, G.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos szpinakowy 50 g ( <b>GLU, Lak.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Mizeria ze szczypiorkiem 200 g ( <b>Lak.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S, moLLe zawieraA+: Sj, G.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos szpinakowy 50 g ( <b>GLU, Lak.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Mizeria ze szczypiorkiem 200 g ( <b>Lak.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S, moLLe zawieraA+: Sj, G.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos szpinakowy 50 g ( <b>GLU, Lak.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Mizeria ze szczypiorkiem 200 g ( <b>Lak.</b> ) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S, moLLe zawieraA+: Sj, G.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos szpinakowy b/ml 50 g ( <b>GLU.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Mizeria ze szczypiorkiem 200 g ( <b>Lak.</b> ) Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S, moLLe zawieraA+: Sj, G.</b> ) Kotlety ziemniaczane 3szt. 250 g ( <b>GLU, JAJ.</b> ) Sos szpinakowy 50 g ( <b>GLU, Lak.</b> ) Mizeria ze szczypiorkiem 200 g ( <b>Lak.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
		PD			herbatniki 30 g ( <b>GLU, JAJ, Lak.</b> )	Jabłko 150 g					
Kolacja		Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Paróweczki drobiowe 2szt. 100 g ( <b>GLU, Sj.</b> ) Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor bez skóry 100 g Miód wielokwiatowy 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor bez skóry 100 g Miód wielokwiatowy 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka wieprz. gotowana 50 g Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Paróweczki drobiowe 2szt. 100 g ( <b>GLU, Sj.</b> ) Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g Miód wielokwiatowy 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml wafle ryżowe 20 g	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Ser żółty 45 g ( <b>Lak.</b> ) Sałatka z pomidora z siemieniem Inianym i zieleniną 100 g Miód wielokwiatowy 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )		

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6B	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIANŚKA	
12.06.2025 czwartek	Śniadanie	Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml ( <u>GLU, JAJ, Lak, moLLe zawieraAł: Sj, G.</u> ) Chleb razowy 25 g ( <u>GLU.</u> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU.</u> ) Masło 82% 10 g ( <u>Lak.</u> ) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <u>GLU, Sj, Lak.</u> ) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g Rzodkiewka- plastry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml ( <u>GLU, JAJ, Lak, moLLe zawieraAł: Sj, G.</u> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU.</u> ) Bułka pszenna 50 g ( <u>GLU.</u> ) Masło 82% 10 g ( <u>Lak.</u> ) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <u>GLU, Sj, Lak.</u> ) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml ( <u>GLU, JAJ, Lak, moLLe zawieraAł: Sj, G.</u> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU.</u> ) Bułka pszenna 50 g ( <u>GLU.</u> ) Masło 82% 10 g ( <u>Lak.</u> ) Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 100 g ( <u>S.</u> ) Mix sałat z zieleniną, dieta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml ( <u>GLU, JAJ, S.</u> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU.</u> ) Bułka pszenna 50 g ( <u>GLU.</u> ) Masło 82% 10 g ( <u>Lak.</u> ) Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 100 g ( <u>S.</u> ) Mix sałat z zieleniną, dieta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml ( <u>GLU, JAJ, S.</u> ) Chleb razowy 100 g ( <u>GLU.</u> ) Masło 82% 10 g ( <u>Lak.</u> ) Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g Rzodkiewka- plastry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g ( <u>GLU.</u> ) Masło 82% 10 g ( <u>Lak.</u> ) Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 50 g Rzodkiewka- plastry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g ( <u>GLU.</u> ) Mix do smarowania 10 g Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 100 g Rzodkiewka- plastry 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml ( <u>GLU, JAJ, S.</u> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU.</u> ) Bułka pszenna 50 g ( <u>GLU.</u> ) Mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 100 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml ( <u>GLU, JAJ, Lak, moLLe zawieraAł: Sj, G.</u> ) Chleb razowy 25 g ( <u>GLU.</u> ) Bułka pszenna 50 g ( <u>GLU.</u> ) Mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 100 g Mix sałat z zieleniną, dieta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
		2. śniadanie	wafle ryżowe 20 g				Mandarynka 100 g	wafle ryżowe 20 g		Mandarynka 100 g
		Obiad	Zupa dyniowa krem 350 ml ( <u>GLU, Lak, S.</u> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <u>GLU, JAJ.</u> ) sos jarzynowy 50 g ( <u>GLU, S.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany 150 g ( <u>GLU.</u> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <u>GLU, JAJ.</u> ) sos jarzynowy 50 g ( <u>GLU, S.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany 150 g ( <u>GLU.</u> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <u>GLU, JAJ.</u> ) sos jarzynowy 50 g ( <u>GLU, S.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany 150 g ( <u>GLU.</u> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml ( <u>GLU, Lak, S.</u> ) Schab pieczony w sosie własnym 100 g ( <u>GLU.</u> ) Kasza gryczana 200 g ( <u>GLU.</u> ) Szpinak gotowany 150 g ( <u>GLU.</u> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml ( <u>GLU, Lak, S.</u> ) Schab pieczony w sosie własnym 100 g ( <u>GLU.</u> ) Kasza gryczana 200 g ( <u>GLU.</u> ) Szpinak gotowany 150 g ( <u>GLU.</u> ) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <u>GLU, JAJ.</u> ) Kasza gryczana 200 g ( <u>GLU.</u> ) Szpinak gotowany 150 g ( <u>GLU.</u> ) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <u>GLU, JAJ.</u> ) sos jarzynowy 50 g ( <u>GLU, S.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany 150 g ( <u>GLU.</u> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem b/glut., b/soli 350 ml ( <u>S.</u> ) Kaszotto z warzywami 400 g ( <u>GLU, Lak.</u> ) sos jarzynowy 50 g ( <u>GLU, S.</u> ) Szpinak gotowany 150 g ( <u>GLU.</u> ) Jogurt naturalny 1 szt ( <u>Lak.</u> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
		PD	Jogurt naturalny 1 szt ( <u>Lak.</u> )			Kapusta pekińska z marchewką i ziarnem 150 g				
		Kolacja	Bułka wrocławska 25 g ( <u>GLU.</u> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU.</u> ) Mix do smarowania 10 g Kielbasa krakowska 50 g ( <u>Sj.</u> ) Salata liść 15 g Salatka brokuł.-kalefior. z jajkiem i sosem jog. 100 g ( <u>JAJ, Lak, G.</u> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <u>Lak.</u> )	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU.</u> ) Bułka pszenna 50 g ( <u>GLU.</u> ) Mix do smarowania 10 g Kielbasa krakowska 50 g ( <u>Sj.</u> ) Salata liść 15 g Salatka brokuł.-kalefior. z jajkiem i sosem jog. 100 g ( <u>JAJ, Lak, G.</u> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <u>Lak.</u> )	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU.</u> ) Bułka pszenna 50 g ( <u>GLU.</u> ) Mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <u>Lak.</u> )	Chleb razowy 100 g ( <u>GLU.</u> ) Mix do smarowania 10 g Kielbasa krakowska 50 g ( <u>Sj.</u> ) Salata liść 15 g Salatka brokuł.-kalefior. z jajkiem i sosem jog. 100 g ( <u>JAJ, Lak, G.</u> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <u>Lak.</u> )	Chleb razowy 100 g ( <u>GLU.</u> ) Mix do smarowania 10 g Kielbasa krakowska 50 g ( <u>Sj.</u> ) Salata liść 15 g Salatka brokuł.-kalefior. z jajkiem i sosem jog. 100 g ( <u>JAJ, Lak, G.</u> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt ( <u>Lak.</u> )	Chleb razowy 50 g ( <u>GLU.</u> ) Mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt ( <u>Lak.</u> )	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU.</u> ) Bułka pszenna 50 g ( <u>GLU.</u> ) Mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Jajo gotowane 100 g ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 40 g	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <u>GLU.</u> ) Bułka pszenna 50 g ( <u>GLU.</u> ) Mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g ( <u>Lak.</u> ) Ser pleśniowy 40 g ( <u>Lak.</u> ) Salatka brokuł.-kalefior. z jajkiem i sosem jog. 150 g ( <u>JAJ, Lak, G.</u> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <u>Lak.</u> )

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6B	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIANŚKA	
13.06.2025 piątek	Śniadanie	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Dżem niskosłodzony 40 g Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Dżem niskosłodzony 40 g jabłko pieczone 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami jęczmiennymi b/ml 300 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Dżem niskosłodzony 40 g jabłko pieczone 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, Sj, Lak.</b> ) Twarózek z ziarnami 50 g ( <b>Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, Sj, Lak.</b> ) Twarózek z ziarnami 50 g ( <b>Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, Sj, Lak.</b> ) Twarózek z ziarnami 50 g ( <b>Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, Sj, Lak.</b> ) Twarózek z ziarnami 50 g ( <b>Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami jęczmiennymi b/ml 300 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g ( <b>S.</b> ) Salata liść 35 g Dżem niskosłodzony 40 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Dżem niskosłodzony 40 g Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	
	2. śniadanie	Rogalik maślany 1 szt ( <b>GLU, Lak.</b> )					Jabłko 150 g				Rogalik maślany 1 szt ( <b>GLU, Lak.</b> )
	Obiad	Zupa barszcz czerwony z botwinką 350 ml ( <b>GLU, Sj, Lak, SO, molLe zawieraA+: G.</b> ) Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ryż biały 200 g Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa barszcz czerwony z botwinką 350 ml ( <b>GLU, Sj, Lak, SO, molLe zawieraA+: G.</b> ) Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ryż biały 200 g Sos grecki 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml ( <b>S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ryż biały 200 g Sos grecki dieta 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa barszcz czerwony z botwinką 350 ml ( <b>GLU, Sj, Lak, SO, molLe zawieraA+: G.</b> ) Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ryż brązowy 200 g Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa barszcz czerwony z botwinką 350 ml ( <b>GLU, Sj, Lak, SO, molLe zawieraA+: G.</b> ) Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ryż brązowy 200 g Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml ( <b>S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ryż biały 200 g Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml ( <b>S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ryż biały 200 g Sos grecki 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml ( <b>S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ryż brązowy 200 g Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana na wyw. warzywnym 350 ml ( <b>S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ryż brązowy 200 g Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD				Chrupki kukurydziane 20 g			Truskawki 75 g			
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pasta z soczewicy 50 g Papryka konserwowa 50 g ( <b>G, SO.</b> ) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pasta jajeczna z zieleniną 50 g ( <b>JAJ, Lak, G, SO.</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Połędwica z indyka 50 g Pasta z białka jaja 50 g ( <b>JAJ, Lak.</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pasta z soczewicy 50 g Papryka konserwowa 50 g ( <b>G, SO.</b> ) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Pasta jajeczna z zieleniną 50 g ( <b>JAJ, Lak, G, SO.</b> ) Pasta z soczewicy 50 g Papryka konserwowa 50 g ( <b>G, SO.</b> ) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Połędwica z indyka 50 g Pasta jajeczna z zieleniną 100 g ( <b>JAJ, Lak, G, SO.</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 25 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Połędwica z indyka 50 g Pasta jajeczna z zieleniną 50 g ( <b>JAJ, Lak, G, SO.</b> ) Papryka konserwowa 50 g ( <b>G, SO.</b> ) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml				

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wyd s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6B	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIANŃSKA	
14.06.2025 sobota	Śniadanie	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Paszтет pieczony drobiowy 100 g ( <b>GLU. JAJ. S.</b> ) Pomidor 50 g Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Paszтет pieczony drobiowy 100 g ( <b>GLU. JAJ. S.</b> ) Pomidor 50 g Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU. S.</b> ) <b>Lak.</b> Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 50 g ( <b>S.</b> ) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mieka 300 ml ( <b>S.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU. S.</b> ) <b>Lak.</b> Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 50 g ( <b>S.</b> ) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Paszтет pieczony drobiowy 100 g ( <b>GLU. JAJ. S.</b> ) Pomidor 50 g Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Paszтет pieczony drobiowy 100 g ( <b>GLU. JAJ. S.</b> ) Pomidor 50 g Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU. S.</b> ) <b>Lak.</b> Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 50 g ( <b>S.</b> ) Pomidor 50 g Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mieka 300 ml ( <b>S.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU. S.</b> ) <b>Lak.</b> Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 50 g ( <b>S.</b> ) Pomidor 50 g Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Ser biały, plaster 100 g ( <b>Lak.</b> ) Miód wielokwiatowy 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
		Banan 1 sztuka 150 g		Ser biały, plaster 50 g ( <b>Lak.</b> )		Melon 150 g		Banan 1 sztuka 150 g		
	Obiad	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU. S.</b> ) Gulasz warzywny z wieprzowiną 150 g ( <b>GLU. S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Salata z olejem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU. S.</b> ) Gulasz warzywny z wieprzowiną 150 g ( <b>GLU. S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU. S.</b> ) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g ( <b>GLU. S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU. S.</b> ) Gulasz warzywny z wieprzowiną 150 g ( <b>GLU. S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Salata z olejem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU. S.</b> ) Gulasz warzywny z wieprzowiną 150 g ( <b>GLU. S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Salata z olejem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU. S.</b> ) Gulasz warzywny z wieprzowiną 150 g ( <b>GLU. S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Salata z olejem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik jagl. na wyw. warzywnym 350 ml ( <b>S.</b> ) Gulasz warzywny z wieprzowiną 150 g ( <b>GLU. S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 100 g Salata z olejem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU. S.</b> ) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g ( <b>GLU. S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik jagl. na wyw. warzywnym 350 ml ( <b>S.</b> ) Gulasz warzywny wege 150 g ( <b>GLU. Lak. S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Salata z olejem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
					herbatniki 30 g ( <b>GLU. JAJ. Lak.</b> )			Mandarynka 100 g		
Kolacja	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Kielbasa krakowska 50 g ( <b>S.</b> ) Pasta z lososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB. Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Kielbasa krakowska 50 g ( <b>S.</b> ) Pasta z lososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB. Lak.</b> ) Mix salát z zieleciną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Serek ziołowy 50 g ( <b>Lak.</b> ) Mix salát z zieleciną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z lososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB. Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z lososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB. Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g szynka wieprz. gotowana 50 g Pasta z lososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB. Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z lososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB. Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka drobiowa wędlina 50 g Pasta z lososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB. Lak.</b> ) Mix salát z zieleciną, dieta 35 g jabłko prażone 60 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Pasta z lososia z twarogiem 100 g ( <b>RYB. Lak.</b> ) Ogórek zielony 50 g Mix salát z zieleciną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )	

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6B	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIANŚKA
15.06.2025 niedziela	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Rzodkiewka z koperkiem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pasta z białka jaja 50 g ( <b>JAJ, Lak.</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kasza manna 300 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Pasta z białka jaja 50 g ( <b>JAJ, Lak.</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Rzodkiewka z koperkiem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Rzodkiewka z koperkiem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Rzodkiewka z koperkiem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kasza manna 300 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Rzodkiewka z koperkiem 100 g 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 zawieraĄ: Sj, G.</b> ) Udziec pieczony 100 g Kasza kuskus 200 g ( <b>GLU.</b> ) Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, Lak, S, molLe zawieraĄ: Sj, G.</b> ) Udziec pieczony 100 g Kasza kuskus 200 g ( <b>GLU.</b> ) Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S, molLe zawieraĄ: Sj, G.</b> ) Udziec zawijany, dieta 100 g Sos koperkowy 50 g ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Kasza kuskus 200 g ( <b>GLU.</b> ) Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, Lak, S, molLe zawieraĄ: Sj, G.</b> ) Udziec pieczony 100 g Kasza kuskus 200 g ( <b>GLU.</b> ) Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, Lak, S, molLe zawieraĄ: Sj, G.</b> ) Udziec pieczony 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S, molLe zawieraĄ: Sj, G.</b> ) Udziec zawijany, dieta 100 g Kasza kuskus 100 g ( <b>GLU.</b> ) Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S, molLe zawieraĄ: Sj, G.</b> ) Udziec pieczony 100 g Kasza kuskus 200 g ( <b>GLU.</b> ) Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana na wzw. warzywnym 350 ml ( <b>S.</b> ) Papryka faserowana wege 1 Por ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD				wafle ryżowe 20 g			Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak.</b> )		
Kolacja	Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Kielbasa krakowska 50 g ( <b>Si.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Kielbasa krakowska 50 g ( <b>Si.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <b>S.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Kielbasa krakowska 50 g ( <b>Si.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml wafle ryżowe 20 g	Bułka wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Schab pieczony wędlina 50 g Ser żółty 60 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor 100 g Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <b>S.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml wafle ryżowe 20 g	Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 10 g Ser żółty 60 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor 100 g Salatka jarzynowa z olejem 100 g ( <b>S.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogenizowany naturalny 100 g ( <b>Lak.</b> )			

### **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,