

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIANSKA	
30.06.2025 poniedziałek	Śniadanie	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, Sj, Lak.) Mix sałat z zieleniną i olejem 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, Sj, Lak.) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml (GLU, JAJ, S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, Sj, Lak.) Mix sałat z zieleniną i olejem 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, Sj, Lak.) Mix sałat z zieleniną i olejem 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak.) szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, Sj, Lak.) Mix sałat z zieleniną i olejem 35 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml (GLU, JAJ, S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, Sj, Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Twarożek z ziarnami 100 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną i olejem 35 g
		Winogrono zielone 110 g		wafle ryżowe 10 g		Mandarynka 100 g		Winogrono zielone 110 g		
30.06.2025 poniedziałek	Obiad	Zupa fasolowa 350 ml (GLU, S.) Klopsiki wieprzowe 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pomidorowo-paprykowy 50 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa fasolowa 350 ml (GLU, S.) Klopsiki wieprzowe 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pomidorowo-paprykowy 50 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa fasolowa 350 ml (GLU, S.) Klopsiki wieprzowe 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pomidorowo-paprykowy 50 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa fasolowa 350 ml (GLU, S.) Klopsiki wieprzowe 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pomidorowo-paprykowy 50 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa fasolowa 350 ml (GLU, S.) Klopsiki wieprzowe 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pomidorowo-paprykowy 50 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, Lak, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S.) Kopytka z masłem 300 g (GLU, JAJ, Lak.) Sos pomidorowo-paprykowy 50 g (GLU, S.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
				Jogurt owocowy 1 szt (Lak.)		Jabłko 150 g				
30.06.2025 poniedziałek	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z pieczarkami 100 g (S.) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z pieczarkami 100 g (S.) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z pieczarkami 100 g (S.) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak.)	chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z pieczarkami 100 g (S.) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak.)	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Miód wielokwiatowy 25 g Serek topiony 50 g (Lak.) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak.)	
					Chleb razowy 25 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 25 g					

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIANSKA	
01.07.2025 wtorek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB. S.) Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami, dieta 50 g (RYB. S.) Sałata liść 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Twaróg 50 g (Lak.) Sałata liść 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (S.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Twaróg 50 g (Lak.) Sałata liść 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Bułka grahamka 1 szt (GLU.) Chleb razowy 30 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB. S.) Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Bułka grahamka 1 szt (GLU.) Chleb razowy 30 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB. S.) Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Bułka grahamka 1 szt (GLU.) chleb razowy, żyt. 30 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB. S.) Ogórek zielony 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (S.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Połędwica z indyka 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami, dieta 50 g (RYB. S.) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB. S.) Twaróg 50 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna niskosłodzona 250 ml
		herbatniki 30 g (GLU, JAJ, Lak.)		jabłko pieczone 100 g		Melon 150 g		herbatniki 30 g (GLU, JAJ, Lak.)		
01.07.2025 wtorek	Obiad	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, Lak, S. mol'Le zawieraAł: Sj, G.) Kotlet schabowy 100 g (GLU, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka Colesław 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, Lak, S. mol'Le zawieraAł: Sj, G.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml (GLU, JAJ, S. mol'Le zawieraAł: Sj, G.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, Lak, S. mol'Le zawieraAł: Sj, G.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, S.) Kasza pęczak 200 g (GLU.) Surówka Colesław 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, Lak, S. mol'Le zawieraAł: Sj, G.) Kasza wieprzowy 150 g (GLU, S.) Kasza pęczak 200 g (GLU.) Surówka Colesław 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, S. mol'Le zawieraAł: Sj, G.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml (GLU, JAJ, S. mol'Le zawieraAł: Sj, G.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml (GLU, JAJ, S. mol'Le zawieraAł: Sj, G.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka Colesław 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
				Kisiel gotowany b/cukru 200 ml		Kisiel gotowany b/cukru 200 ml				
01.07.2025 wtorek	Kolacja	bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S.) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana z kruszonką 50g 1 szt (GLU, Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S.) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana z kruszonką 50g 1 szt (GLU, Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Schab pieczony wędlina 50 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana z kruszonką 50g 1 szt (GLU, Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Schab pieczony wędlina 50 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt (Lak.)	bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S.) Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S.) Sałata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 50 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S.) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt (Lak.)	bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) krakowska wieprzowa 50 g (Sj.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S.) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S.) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana z kruszonką 50g 1 szt (GLU, Lak.)
						Chleb razowy 25 g (GLU.) Twaróg 30 g (Lak.)				

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIANSKA
Śniadanie	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) masło extra 10 g (Lak.) Ser żółty 30 g (Lak.) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g (Lak.) Ogórek kiszony 100 g (G.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Twarożek z zieleniną 100 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (S.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Twarożek z zieleniną 100 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g (Lak.) Ogórek kiszony 100 g (G.) masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g (Lak.) Ogórek kiszony 100 g (G.) masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (GLU.) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g (Lak.) Ser żółty 30 g (Lak.) Ogórek kiszony 100 g (G.) masło extra 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (S.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 100 g Pomidor 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) Chleb razowy 25 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleniną 50 g (Lak.) Ser żółty 30 g (Lak.) Ogórek kiszony 100 g (G.) Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml
2. śniadanie	Banan 1 sztuka 150 g				Jabłko 150 g			Banan 1 sztuka 150 g	
Obiad	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, Si, mol'Le zawieraAł: G.) Kaszotto z sosem pomidorowym, warzywami i zieleniną 400 g (GLU, S.) Ogórek z olejem i zieleniną 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, Si, mol'Le zawieraAł: G.) Kaszotto z sosem pomidorowym, warzywami i zieleniną 400 g (GLU, S.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, Si, mol'Le zawieraAł: G.) Pulpet wieprzowo drobiowy 100 g (GLU, JAJ.) Sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, Si, mol'Le zawieraAł: G.) Kaszotto z sosem pomidorowym, warzywami i zieleniną 400 g (GLU, S.) Ogórek z olejem i zieleniną 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, Si, mol'Le zawieraAł: G.) Kaszotto z sosem pomidorowym, warzywami i zieleniną 400 g (GLU, S.) Ogórek z olejem i zieleniną 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, Si, mol'Le zawieraAł: G.) Kaszotto z sosem pomidorowym, warzywami i zieleniną 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, Si, mol'Le zawieraAł: G.) Kaszotto z sosem pomidorowym, warzywami i zieleniną 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, Si, mol'Le zawieraAł: G.) Kaszotto z sosem pomidorowym, warzywami i zieleniną 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, Si, mol'Le zawieraAł: G.) Kaszotto z sosem pomidorowym, warzywami i zieleniną 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
PD	wafle ryżowe 10 g				wafle ryżowe 10 g				
Kolacja	Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Jajo gotowane na miękko 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 50 g (GLU.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	Chleb razowy, żyt. 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU.) Bułka pszenna 25 g (GLU.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Serek topiony 60 g (Lak.) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt (Lak.)	
Posiłek noonny						Chleb razowy 25 g (GLU.) Szynka drobiowa wędlna 30 g			

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIANSKA	
05.07.2025 sobota	Śniadanie	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Chleb razowy 25 g (GLU.) Pasta z makreli z serem i ziołami 100 g (RYB, Lak.) Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Miód wielokwiatowy 25 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml (GLU, JAJ, S.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) Chleb razowy 100 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Pasta z makreli z serem i ziołami 100 g (RYB, Lak.) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Pasta z makreli z serem i ziołami 100 g (RYB, Lak.) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) Mix do smarowania 10 g Pasta z makreli z serem i ziołami 100 g (RYB, Lak.) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml (GLU, JAJ, S.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Mix do smarowania 10 g Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, JAJ, Lak.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Chleb razowy 25 g (GLU.) Pasta z makreli z serem i ziołami 100 g (RYB, Lak.) Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	
	2. śniadanie	Mandarynka 100 g		herbatniki 30 g (GLU, JAJ, Lak.)		Jabłko 150 g			Mandarynka 100 g		
	Obiad	Zupa jarzynowa z brukselką 350 ml (GLU, Lak, S.) Udziec pieczony z pieczarkami 100 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml (GLU, Lak, S.) Udziec pieczony w ziołach 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g (GLU, Lak, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Szpinak gotowany 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (GLU, S.) Udziec pieczony w ziołach 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa z brukselką 350 ml (GLU, Lak, S.) Udziec pieczony z pieczarkami 100 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa z brukselką 350 ml (GLU, Lak, S.) Udziec pieczony z pieczarkami 100 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z brukselką 350 ml (GLU, Lak, S.) Udziec pieczony w ziołach 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g (GLU, Lak, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (GLU, S.) Udziec pieczony w ziołach 100 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Szpinak gotowany 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (GLU, S.) Pierogi z serem i kaszą gryczaną 300 g (GLU, Lak.) Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (GLU, S.) Pierogi z serem i kaszą gryczaną 300 g (GLU, Lak.) Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD				Chrupki kukurydziane 20 g				Chrupki kukurydziane 20 g		
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) Bułka wrocławska 25 g (GLU.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Poledwica z indyka 50 g Sałata liść 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Poledwica z indyka 50 g Sałata liść 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Jajo gotowane na miękko 50 g (JAJ.) Poledwica z indyka 50 g Sałata liść 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Jajo gotowane na miękko 50 g (JAJ.) Mix do smarowania 10 g Sałata liść 35 g Poledwica z indyka 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) Mix do smarowania 10 g Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Poledwica z indyka 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) Mix do smarowania 10 g Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Poledwica z indyka 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) Mix do smarowania 10 g Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Poledwica z indyka 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 10 g Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Poledwica z indyka 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) ser zółty pełnotłusty 50 g (Lak.) Sałata liść 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak.)	
	Posilek nocny						Chleb razowy 30 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 25 g				

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIANSKA	
06.07.2025 niedziela	Śniadanie	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy 25 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Paróweczki drobiowe 2szt. 100 g (GLU. Sj.) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Paróweczki drobiowe 2szt. 100 g (GLU. Sj.) Pomidor 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Schab pieczony wędlina 50 g Pomidor bez skóry 100 g jabłko pieczone 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Schab pieczony wędlina 50 g Pomidor bez skóry 100 g jabłko pieczone 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Chleb razowy 100 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Ser żółty 30 g (Lak.) Paróweczki drobiowe 2szt. 100 g (GLU. Sj.) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Paróweczki drobiowe 2szt. 100 g (GLU. Sj.) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Paróweczki drobiowe 2szt. 100 g (GLU. Sj.) Rzodkiew biała z zieleniną 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy 25 g (GLU.) Schab pieczony wędlina 50 g Pomidor 100 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy 25 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g Twarożek z zieleniną 50 g (Lak.) Pomidor 100 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml
		Twaróg 100 g (Lak.)								Jabłko 150 g
06.07.2025 niedziela	Obiad	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Kasza gryczana 200 g (GLU.) Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (S.) Pulpet wieprzowo drobiowy 100 g (GLU, JAJ.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Kasza gryczana 200 g (GLU.) Sałatka z buraczka 200 g (Sj, moLLe zawieraĀt: G.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Kasza gryczana 200 g (GLU.) Sałatka z buraczka 200 g (Sj, moLLe zawieraĀt: G.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Kasza gryczana 200 g (GLU.) Sałatka z buraczka 200 g (Sj, moLLe zawieraĀt: G.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (S.) Jaja sadzone 100 g (JAJ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Sałatka z buraczka 200 g (Sj, moLLe zawieraĀt: G.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
		Podpiomyki 1 szt				Podpiomyki 1 szt				
06.07.2025 niedziela	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) Bułka wrocławska 25 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 100 g (Lak, G, Se, SO.) Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Szynka gotowane na miękko 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Jajo gotowane na miękko 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka brokułowa z olejem 100 g Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	Chleb razowy 50 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka brokułowa z olejem 100 g Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU.) Bułka wrocławska 25 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka brokułowa z olejem 100 g Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	Bułka pszenna 50 g (GLU.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 100 g (Lak, G, Se, SO.) Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml		
							Chleb razowy 25 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 25 g			
06.07.2025 niedziela	Posiłek nocny									

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierające gluten (pszenica, jęczmień, żyto, owies, orkisz, kamut),
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
ORZ - Orzeszki ziemne, arachidowe,
Sj - Soja i pochodne,
Lak - Laktoza,
O - Orzechy i migdały,
S - Seler i pochodne,
G - Gorczyca i pochodne,
Se - Nasiona sezamu i pochodne,
SO - Siarka,
Ł - Łubin i pochodne,
M - Mięczaki i pochodne,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wart. en. - Wartość energetyczna[kcal],
Białko - Białko ogółem,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany - Węglowodany ogółem,
Kw. tł. nasyc. o. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Cholesterol - Cholesterol,
Błonnik - Błonnik pokarmowy,
suma cukrów p. - suma cukrów prostych,
Sól - Sól,