

	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	WEGETARIANSKA	
13.10.2025	Śniadanie	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, mol'Le zawieraA†: JAJ, ORZ, G, Ł.</b> ) chleb razowy, żyt. 25 g ( <b>GLU</b> ) Bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak</b> ) Ogórek kiszony 50 g ( <b>G</b> ) Mix sałat z zieleniną, dieta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, mol'Le zawieraA†: JAJ, ORZ, G, Ł.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, mol'Le zawieraA†: Sj, Lak, Se</b> ) Bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak</b> ) Ogórek kiszony 50 g ( <b>G</b> ) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, mol'Le zawieraA†: JAJ, ORZ, G, Ł.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, mol'Le zawieraA†: Sj, Lak, Se</b> ) Bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak</b> ) Ogórek kiszony 50 g ( <b>G</b> ) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml ( <b>GLU, S, mol'Le zawieraA†: JAJ, ORZ, G, Ł.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, mol'Le zawieraA†: Sj, Lak, Se</b> ) Bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak</b> ) Ogórek kiszony 50 g ( <b>G</b> ) Mix sałat z zieleniną, dieta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, mol'Le zawieraA†: JAJ, ORZ, G, Ł.</b> ) chleb razowy, żyt. 30 g ( <b>GLU</b> ) Bułka grahamka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak</b> ) Ogórek kiszony 50 g ( <b>G</b> ) Mix sałat z zieleniną, dieta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 30 g ( <b>GLU</b> ) Bułka grahamka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak</b> ) Ogórek kiszony 50 g ( <b>G</b> ) Mix sałat z zieleniną, dieta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 30 g ( <b>GLU</b> ) Bułka grahamka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak</b> ) Ogórek kiszony 50 g ( <b>G</b> ) Mix sałat z zieleniną, dieta 15 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml ( <b>GLU, S, mol'Le zawieraA†: JAJ, ORZ, G, Ł.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, mol'Le zawieraA†: Sj, Lak, Se</b> ) Bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>Lak</b> ) Mix do smarowania 15 g Szynka drobiowa gotowana 50 g ( <b>GLU, mol'Le zawieraA†: Sj</b> ) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, mol'Le zawieraA†: JAJ, ORZ, G, Ł.</b> ) chleb razowy, żyt. 25 g ( <b>GLU</b> ) Bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>Lak</b> ) Mix do smarowania 15 g Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak</b> ) Ogórek kiszony 50 g ( <b>G</b> ) Mix sałat z zieleniną, dieta 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
		Arbuz 300 g		Biszkopty 20 g ( <b>GLU, JAJ, mol'Le zawieraA†: ORZ, Sj, Lak, Se</b> )			Kefir naturalny 150g 150 g ( <b>Lak</b> )		Arbuz 300 g	
13.10.2025	Obiad	Zupa Żurek 350 ml ( <b>GLU, JAJ, Sj, Lak, SO</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU, S</b> ) Kasza pęczak 200 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU, S, mol'Le zawieraA†: ORZ, Sj, G, Se</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 grysikowa 350 ml ( <b>GLU, S, mol'Le zawieraA†: ORZ, Sj, G, Se</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 Żurek 350 ml ( <b>GLU, JAJ, Sj, Lak, SO</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU, S</b> ) Kasza pęczak 200 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Żurek 350 ml ( <b>GLU, JAJ, Sj, Lak, SO</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU, S</b> ) Kasza pęczak 200 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Żurek 350 ml ( <b>GLU, JAJ, Sj, Lak, SO</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU, S</b> ) Kasza pęczak 200 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU, S, mol'Le zawieraA†: ORZ, Sj, G, Se</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 grysikowa na wywarze warzywnym 350 ml ( <b>GLU, S, mol'Le zawieraA†: ORZ, Sj, G, Se</b> ) Naleśniki z serem (2szt.) 250 g ( <b>GLU, JAJ, Lak, mol'Le zawieraA†: GLU, ORZ, Sj, Lak, Se, SO</b> ) Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
				Chrupki kukurydziane 20 g		Jabłko 150 g				
13.10.2025	Kolejca	bułka pszenna wrocławska 25 g ( <b>GLU</b> ) chleb razowy, żyt. 50 g ( <b>GLU</b> ) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony wędlina 50 g Salatka kalafiorowa 100 g ( <b>Lak, S, G, mol'Le zawieraA†: JAJ, Sj, Lak</b> ) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, mol'Le zawieraA†: Sj, Lak, Se</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony wędlina 50 g Salatka kalafiorowa, dieta 100 g ( <b>Lak, S</b> ) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, mol'Le zawieraA†: Sj, Lak, Se</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony wędlina 50 g Jajo gotowane na miękko 50 g ( <b>JAJ</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, mol'Le zawieraA†: Sj, Lak, Se</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony wędlina 50 g Jajo gotowane na miękko 50 g ( <b>JAJ</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	chleb razowy, żyt. 100 g ( <b>GLU</b> ) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony wędlina 50 g Salatka kalafiorowa 100 g ( <b>Lak, S, G, mol'Le zawieraA†: JAJ, Sj, Lak</b> ) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	chleb razowy, żyt. 50 g ( <b>GLU</b> ) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony wędlina 50 g Salatka kalafiorowa 100 g ( <b>Lak, S, G, mol'Le zawieraA†: JAJ, Sj, Lak</b> ) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, mol'Le zawieraA†: Sj, Lak, Se</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony wędlina 50 g Jajo gotowane na miękko 50 g ( <b>JAJ</b> ) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, mol'Le zawieraA†: Sj, Lak, Se</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 30 g ( <b>Lak</b> ) Salatka kalafiorowa 100 g ( <b>Lak, S, G, mol'Le zawieraA†: JAJ, Sj, Lak</b> ) Salata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	
						Chleb razowy 25 g ( <b>GLU</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 25 g ( <b>mol'Le zawieraA†: GLU, Lak, S</b> )				

	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	WEGETARIANSKA	
14.10.2025 wtorek	Śniadanie	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>Lak, moLLe zawieraÄt: GLU, Lak, Se.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj, Lak, Se.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraÄt: GLU, Lak, S.</b> ) Serek topiony (2 szt.) 35 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidorki koktajlowe 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>Lak, moLLe zawieraÄt: GLU, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj, Lak, Se.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraÄt: GLU, Lak, S.</b> ) Serek topiony (2 szt.) 35 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>Lak, moLLe zawieraÄt: GLU, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj, Lak, Se.</b> ) Miód wielokwiatowy 25 g ( <b>moLLe zawieraÄt: GLU, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) jabłko pieczone 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml ( <b>S, moLLe zawieraÄt: GLU, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj, Lak, Se.</b> ) Miód wielokwiatowy 25 g ( <b>moLLe zawieraÄt: GLU, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) jabłko pieczone 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>Lak, moLLe zawieraÄt: GLU, Lak, Se.</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraÄt: GLU, Lak, S.</b> ) Serek topiony (2 szt.) 35 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 75 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 15 g Szynka wieprzowa gotowana 25 g ( <b>moLLe zawieraÄt: GLU, Lak, S.</b> ) Serek topiony (2 szt.) 35 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml ( <b>S, moLLe zawieraÄt: GLU, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj, Lak, Se.</b> ) Miód wielokwiatowy 25 g ( <b>moLLe zawieraÄt: GLU, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraÄt: GLU, Lak, S.</b> ) Pomidorki koktajlowe 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>Lak, moLLe zawieraÄt: GLU, Lak, Se.</b> ) chleb razowy, żyłt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj, Lak, Se.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj, Lak, Se.</b> ) Miód wielokwiatowy 25 g ( <b>moLLe zawieraÄt: GLU, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Miód wielokwiatowy 25 g ( <b>moLLe zawieraÄt: GLU, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	
		Obiad	Galaretką owocową niskosłodzoną 150 ml ( <b>moLLe zawieraÄt: GLU, Sj, Lak, O, Se, SO.</b> )		Mini marchewki 100 g	Gruszka 200 g			Galaretką owocową niskosłodzoną 150 ml ( <b>moLLe zawieraÄt: GLU, Sj, Lak, O, Se, SO.</b> )	Mini marchewki 100 g
			Zupa Selerowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, Lak, S, moLLe zawieraÄt: JAJ.</b> ) Bigos 350 g ( <b>GLU, Sj, Lak.</b> ) Chleb pszenno-żyłtyni 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj, Lak, Se.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, Lak, S, moLLe zawieraÄt: JAJ.</b> ) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g ( <b>GLU, S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Jarzynka gotowana 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml ( <b>GLU, S, moLLe zawieraÄt: JAJ.</b> ) Pulpet wieprzowo drobiowy 100 g ( <b>GLU, JAJ.</b> ) Sos jarzynowy 50 g ( <b>GLU, S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Jarzynka gotowana 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, Lak, S, moLLe zawieraÄt: JAJ.</b> ) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g ( <b>GLU, S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g ( <b>G.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, Lak, S, moLLe zawieraÄt: JAJ.</b> ) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g ( <b>GLU, S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g ( <b>G.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml ( <b>GLU, Lak, S, moLLe zawieraÄt: JAJ.</b> ) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g ( <b>GLU, S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Jarzynka gotowana 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml ( <b>GLU, S, moLLe zawieraÄt: JAJ.</b> ) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g ( <b>GLU, S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Jarzynka gotowana 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Filet z dorsza pieczony 100 g ( <b>RYB.</b> ) Sos jarzynowy 50 g ( <b>GLU, S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g ( <b>G.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
PD	wafle ryżowe 20 g				wafle ryżowe 20 g					
Kolacja	bułka pszenna wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj, Lak, Se.</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Szynka drobiowa gotowana 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj.</b> ) Rzodkiewka- plastry 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak, moLLe zawieraÄt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.</b> )	bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj, Lak, Se.</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Szynka drobiowa gotowana 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj.</b> ) Sałata liść 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak, moLLe zawieraÄt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.</b> )	bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj, Lak, Se.</b> ) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g ( <b>S.</b> ) Szynka drobiowa gotowana 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj.</b> ) Sałata liść 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń na mleku b/c 200 ml ( <b>Lak, moLLe zawieraÄt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.</b> )	bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj, Lak, Se.</b> ) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 0,5 g ( <b>S.</b> ) Szynka drobiowa gotowana 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj.</b> ) Sałata liść 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	chleb razowy, żyłt. 100 g ( <b>GLU.</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Szynka drobiowa gotowana 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj.</b> ) Rzodkiewka- plastry 100 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Mix do smarowania 15 g Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Szynka drobiowa gotowana 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj.</b> ) Rzodkiewka- plastry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 75 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 15 g Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Szynka drobiowa gotowana 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj.</b> ) Rzodkiewka- plastry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak.</b> )	bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj, Lak, Se.</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Szynka drobiowa gotowana 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj.</b> ) Sałata liść 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	bułka pszenna wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraÄt: Sj, Lak, Se.</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Rzodkiewka- plastry 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak, moLLe zawieraÄt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.</b> )	
	Posiłek nocny	Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> ) Twaróg chudy 30 g ( <b>moLLe zawieraÄt: Lak.</b> )								

	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	WEGETARIANSKA
Śniadanie	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak</b> ) Chleb razowy 25 g ( <b>GLU</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se.</b> ) Pasta z fasoli z ziarnami 50 g ( <b>Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se.</b> ) Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak</b> ) Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.</b> ) Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak</b> ) Pomidor bez skóry 100 g ( <b>Lak</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml ( <b>S</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.</b> ) Twarożek z zieleniną 50 g ( <b>Lak</b> ) Pomidor bez skóry 100 g ( <b>Lak</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Pasta z fasoli z ziarnami 50 g ( <b>Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Pasta z fasoli z ziarnami 50 g ( <b>Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Pasta z fasoli z ziarnami 50 g ( <b>Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml ( <b>S</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU</b> ) Kielbasa krakowska 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se.</b> ) Pasta z fasoli z ziarnami 50 g ( <b>Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) Bułka pszenna 50 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z fasoli z ziarnami 50 g ( <b>Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml
2. śniadanie	Biszkoty 20 g ( <b>GLU, JAJ, moLLe zawieraA+: ORZ, Sj, Lak, Se.</b> )			jabłko pieczone 100 g			Melon 150 g		
Obiad	Zupa szczawiowa 350 ml ( <b>GLU, JAJ, Lak, S.</b> ) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryz biały 200 g Surówka z białej kapusty 200 g ( <b>GLU, JAJ, Lak, SO.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryz biały 200 g Dyńa pieczona 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Potrawka z kurczaka z ziołami b/smietany 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Ryz biały 200 g Dyńa pieczona 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa szczawiowa 350 ml ( <b>GLU, JAJ, Lak, S.</b> ) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryz brązowy 200 g Surówka z białej kapusty 200 g ( <b>GLU, JAJ, Lak, SO.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa szczawiowa 350 ml ( <b>GLU, JAJ, Lak, S.</b> ) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryz brązowy 200 g Surówka z białej kapusty 200 g ( <b>GLU, JAJ, Lak, SO.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryz biały 200 g Dyńa pieczona 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Ryz zapiekany z jabłkami 350 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, ORZ, Sj, Se.</b> ) Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml		
PD				Chrupki kukurydziane 20 g		Chrupki kukurydziane 20 g			
Kolacja	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) Pasta z szynką i serem żółtym 100 g ( <b>GLU, JAJ, Lak, moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.</b> ) Papryka świeża paski 50 g Salata liść 15 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g ( <b>Lak</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z szynką i serem żółtym 100 g ( <b>GLU, JAJ, Lak, moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.</b> ) Salata liść 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g ( <b>Lak</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Jajo gotowane na miękko 50 g ( <b>JAJ</b> ) Schab pieczony wędlna 50 g Salata liść 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g ( <b>Lak</b> )	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z szynką i serem żółtym 100 g ( <b>GLU, JAJ, Lak, moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.</b> ) Papryka świeża paski 50 g Salata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g ( <b>Lak</b> )	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z szynką i serem żółtym 100 g ( <b>GLU, JAJ, Lak, moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.</b> ) Papryka świeża paski 50 g Salata liść 15 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g ( <b>Lak</b> )	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z szynką i serem żółtym 100 g ( <b>GLU, JAJ, Lak, moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.</b> ) Papryka świeża paski 50 g Salata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g ( <b>Lak</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Jajo gotowane na miękko 50 g ( <b>JAJ</b> ) Schab pieczony wędlna 50 g Salata liść 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb razowy 25 g ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>Lak</b> ) Jajo gotowane na miękko 50 g ( <b>JAJ</b> ) Papryka świeża paski 50 g Salata liść 15 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g ( <b>Lak</b> )	
Posiłek nocny						chleb razowy, żyt. 30 g ( <b>GLU</b> ) Twaróg chudy 30 g ( <b>moLLe zawieraA+: Lak.</b> )			

	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	WEGETARIANSKA	
16.10.2025 czwartek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se</b> ) chleb razowy, żył. 25 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z łososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB, Lak</b> ) Poledwica drobiowa got. 50 g ( <b>moL'e zawieraA+: Sj, Lak, G</b> ) Mix salat z ogórkiem i zieleniną 35 g ( <b>Lak</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se</b> ) bułka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z łososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB, Lak</b> ) Poledwica drobiowa got. 50 g ( <b>moL'e zawieraA+: Sj, Lak, G</b> ) Mix salat z zieleniną, dieta 35 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se</b> ) bułka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Poledwica drobiowa got. 50 g ( <b>moL'e zawieraA+: Sj, Lak, G</b> ) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 50 g ( <b>S</b> ) Mix salat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml ( <b>GLU, S, moL'e zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se</b> ) bułka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Poledwica drobiowa got. 50 g ( <b>moL'e zawieraA+: Sj, Lak, G</b> ) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 50 g ( <b>S</b> ) Mix salat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se</b> ) chleb razowy, żył. 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Pasta z łososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB, Lak</b> ) Poledwica drobiowa got. 50 g ( <b>moL'e zawieraA+: Sj, Lak, G</b> ) Mix salat z ogórkiem i zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żył. 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Pasta z łososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB, Lak</b> ) Poledwica drobiowa got. 50 g ( <b>moL'e zawieraA+: Sj, Lak, G</b> ) Mix salat z ogórkiem i zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żył. 75 g ( <b>GLU</b> ) Mix do smarowania 15 g Pasta z łososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB, Lak</b> ) Poledwica drobiowa got. 50 g ( <b>moL'e zawieraA+: Sj, Lak, G</b> ) Mix salat z ogórkiem i zieleniną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml ( <b>GLU, S, moL'e zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se</b> ) bułka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se</b> ) Mix do smarowania 15 g Poledwica drobiowa got. 50 g ( <b>moL'e zawieraA+: Sj, Lak, G</b> ) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 50 g ( <b>S</b> ) Mix salat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se</b> ) bułka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb razowy, żył. 25 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z łososia z twarogiem 50 g ( <b>RYB, Lak</b> ) Mix salat z ogórkiem i zieleniną 35 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml
		2. śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt ( <b>Lak</b> )	herbatniki 30 g ( <b>GLU, Lak, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ</b> )			Arbuz 300 g			Jogurt owocowy 1 szt ( <b>Lak</b> )
16.10.2025 czwartek	Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem i ziemniakami 350 ml ( <b>Lak, S, G</b> ) Wątróbka wieprzowa z marchewką i cebulką 150 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Salatka z buraczką 200 g ( <b>moL'e zawieraA+: S, G, SO</b> ) Kompot wielooowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml ( <b>S</b> ) Schab pieczony w sosie własnym 100 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot wielooowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml ( <b>S</b> ) Kotlet mielony pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos jarzynowy 50 g ( <b>GLU, S</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot wielooowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem i ziemniakami 350 ml ( <b>Lak, S, G</b> ) Schab pieczony w sosie własnym 100 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Salatka z buraczką 200 g ( <b>moL'e zawieraA+: S, G, SO</b> ) Kompot wielooowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem i ziemniakami 350 ml ( <b>Lak, S, G</b> ) Schab pieczony w sosie własnym 100 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Salatka z buraczką 200 g ( <b>moL'e zawieraA+: S, G, SO</b> ) Kompot wielooowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml ( <b>GLU, S</b> ) Schab pieczony w sosie własnym 100 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot wielooowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml ( <b>S</b> ) Jaja sadzone 100 g ( <b>JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Salatka z buraczką 200 g ( <b>moL'e zawieraA+: S, G, SO</b> ) Kompot wielooowocowy niskosłodzony 250 ml		
		PD		Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak</b> )		Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak</b> )				
16.10.2025 czwartek	Kolejca	chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se</b> ) bułka pszenna wroclawska 25 g ( <b>GLU</b> ) Paszтет pieczony drobiowy 100 g ( <b>GLU, JAJ, S</b> ) Pomidor 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se</b> ) bułka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) Paszтет pieczony drobiowy 100 g ( <b>GLU, JAJ, S</b> ) Pomidor 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se</b> ) bułka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) Serek fromage 50 g ( <b>Lak</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S</b> ) Pomidor bez skóry 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se</b> ) bułka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) Serek fromage 50 g ( <b>Lak</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S</b> ) Pomidor bez skóry 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	chleb razowy, żył. 100 g ( <b>GLU</b> ) Mix do smarowania 15 g Paszтет pieczony drobiowy 100 g ( <b>GLU, JAJ, S</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	chleb razowy, żył. 100 g ( <b>GLU</b> ) Mix do smarowania 15 g Paszтет pieczony drobiowy 100 g ( <b>GLU, JAJ, S</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	Chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se</b> ) bułka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) Mix do smarowania 15 g Paszтет pieczony drobiowy 100 g ( <b>GLU, JAJ, S</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se</b> ) bułka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) Miod wielokwiatowy 25 g ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, ORZ, Sj, Lak</b> ) Serek fromage 100 g ( <b>Lak</b> ) Pomidor 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO</b> )	
		Posiłek nocny			Chleb razowy 30 g ( <b>GLU</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 25 g ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S</b> )					

	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	WEGETARIANSKA	
17.10.2025 piątek	Śniadanie	Zupa ml. Platkii jęczmień na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Se.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) chleb razowy, żył. 25 g ( <b>GLU,</b> ) Twaróg 75 g ( <b>Lak.</b> ) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Platkii jęczmień na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Se.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU,</b> ) Twaróg 75 g ( <b>Lak.</b> ) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Jabłko 150 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Platkii jęczmień na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Se.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU,</b> ) Twaróg 75 g ( <b>Lak.</b> ) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g jabłko pieczone 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z platkami jęczmieńnymi b/ml 300 ml ( <b>GLU, S, moL'e zawieraA+: ORZ, Se.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU,</b> ) Twaróg 75 g ( <b>Lak.</b> ) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g jabłko pieczone 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Platkii jęczmień na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Se.</b> ) chleb razowy, żył. 100 g ( <b>GLU,</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.</b> ) Rzodkiewka 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU,</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.</b> ) Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Rzodkiewka 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.</b> ) Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Rzodkiewka 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z platkami jęczmieńnymi b/ml 300 ml ( <b>GLU, S, moL'e zawieraA+: ORZ, Se.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU,</b> ) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 50 g Szynka wieprzowa gotowana 75 g ( <b>moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.</b> ) Rzodkiewka 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Platkii jęczmień na ml. 300 ml ( <b>GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Se.</b> ) Chleb razowy 25 g ( <b>GLU,</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU,</b> ) Twaróg 75 g ( <b>Lak.</b> ) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Jabłko 150 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml
		Rogalik maślany 1 szt ( <b>GLU, JAJ, moL'e zawieraA+: Lak.</b> )					Jabłko 150 g			Rogalik maślany 1 szt ( <b>GLU, JAJ, moL'e zawieraA+: Lak.</b> )
17.10.2025 piątek	Obiad	Zupa dyniowa krem 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie beszamelowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Ryba (dorsz) zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany 150 g ( <b>GLU,</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Ryba (dorsz) zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany 150 g ( <b>GLU,</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie beszamelowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie beszamelowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie beszamelowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Ryba (dorsz) zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany 150 g ( <b>GLU,</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie beszamelowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
		Chrupki kukurydziane 20 g				Chrupki kukurydziane 20 g				
17.10.2025 piątek	Kolejca	Pasta hummus 50 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.</b> ) Sałatka szwedzka 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 25 g ( <b>GLU,</b> ) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.</b> )	Pasta jajeczna z zieleniną 50 g ( <b>GLU, JAJ, Lak, moL'e zawieraA+: JAJ, Sj, Lak.</b> ) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.</b> ) Sałata lodowa z zieleniną 35 g bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU,</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.</b> )	bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU,</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) Pasta z białka jaja 50 g ( <b>JAJ, Lak.</b> ) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.</b> ) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.</b> )	bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU,</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) Pasta z białka jaja 50 g ( <b>JAJ, Lak.</b> ) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.</b> ) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Pasta hummus 50 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.</b> ) Sałata lodowa z zieleniną 35 g chleb razowy, żył. 100 g ( <b>GLU,</b> ) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU,</b> ) Pasta hummus 50 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.</b> ) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU,</b> ) Pasta hummus 50 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.</b> ) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak.</b> )	chleb razowy, żył. 50 g ( <b>GLU,</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) Pasta hummus 50 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.</b> ) Sałata lodowa z zieleniną 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <b>GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) Bułka pszenna 25 g ( <b>GLU,</b> ) Pasta hummus 100 g Sałatka szwedzka 50 g Sałata lodowa z zieleniną 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.</b> )
		Chleb razowy 25 g ( <b>GLU,</b> ) Twaróg 30 g ( <b>Lak.</b> )								

	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	WEGETARIAŃSKA	
18.10.2025 sobota	Śniadanie	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb razowy, żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Parówki z indyka 2 szt. 100 g Kapusta pekińska z zieleniną, sezamem i olejem 70 g ( <b>Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Parówki z indyka 2 szt. 100 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Serek ziółowy 50 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka drobiowa gotowana 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj.</b> ) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml ( <b>S.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Serek ziółowy 50 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka drobiowa gotowana 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj.</b> ) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb razowy, żyt. 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Parówki z indyka 2 szt. 100 g Kapusta pekińska z zieleniną, sezamem i olejem 70 g ( <b>Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Parówki z indyka 2 szt. 100 g Kapusta pekińska z zieleniną, sezamem i olejem 70 g ( <b>Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 50 g ( <b>GLU.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Parówki z indyka 2 szt. 100 g Kapusta pekińska z zieleniną, sezamem i olejem 70 g ( <b>Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml ( <b>S.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 15 g Szynka drobiowa gotowana 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj.</b> ) Kapusta pekińska z zieleniną, sezamem i olejem 70 g ( <b>Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Miod wielokwiatowy 25 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb razowy, żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Serek ziółowy 50 g ( <b>Lak.</b> ) Kapusta pekińska z zieleniną, sezamem i olejem 70 g ( <b>Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml
		2. śniadanie	Banan 1 sztuka 150 g			Kiwi 100 g			Banan 1 sztuka 150 g	Kiwi 100 g
18.10.2025 sobota	Obiad	Zupa pieczarkowa 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Rumsztyk smażony z cebulką 150 g ( <b>GLU, JAJ.</b> ) Kasza pęczak 200 g ( <b>GLU.</b> ) Salatka z czerwonej papryki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g ( <b>GLU, JAJ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Cukinia pieczona 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik na wywarze warzywnym 350 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g ( <b>GLU, JAJ.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Cukinia pieczona 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa pieczarkowa 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g ( <b>GLU, JAJ.</b> ) Kasza pęczak 200 g ( <b>GLU.</b> ) Salatka z czerwonej papryki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa pieczarkowa 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g ( <b>GLU, JAJ.</b> ) Kasza pęczak 200 g ( <b>GLU.</b> ) Salatka z czerwonej papryki 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa pieczarkowa 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g ( <b>GLU, JAJ.</b> ) Kasza pęczak 200 g ( <b>GLU.</b> ) Salatka z czerwonej papryki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Rumsztyk w sosie własnym, dieta 150 g ( <b>GLU, JAJ.</b> ) Kasza pęczak 200 g ( <b>GLU.</b> ) Cukinia pieczona 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik na wywarze warzywnym 350 ml ( <b>GLU, S.</b> ) Pierogi wiejskie 400 g Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak.</b> ) Salatka z czerwonej papryki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
		PD	wafle ryżowe 20 g			wafle ryżowe 20 g				
18.10.2025 sobota	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Salatka brokułowa z sosem jogurtowym 100 g ( <b>Lak, G, Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen.waniliowy 120g 120 g ( <b>Lak.</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Salatka brokułowa z olejem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen.waniliowy 120g 120 g ( <b>Lak.</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony wędlina 50 g Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen.natur. 120g 120 g ( <b>Lak.</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony wędlina 50 g Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen.natur. 120g 120 g ( <b>Lak.</b> )	chleb razowy, żyt. 100 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Salatka brokułowa z olejem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g ( <b>Lak.</b> )	chleb razowy, żyt. 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Salatka brokułowa z olejem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g ( <b>Lak.</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa krakowska 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.</b> ) Salatka brokułowa z olejem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Salatka brokułowa z sosem jogurtowym 100 g ( <b>Lak, G, Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen.waniliowy 120g 120 g ( <b>Lak.</b> )	
		Posiłek nocny					Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.</b> )			

	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	WEGETARIANSKA		
19.10.2025 niedziela	Śniadanie	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>Lak, moLLe zawieraA+: GLU</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: S, Lak, Se</b> ) chleb razowy, żył. 25 g ( <b>GLU</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ) Poledwica wieprzowa 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: S, Lak, G</b> ) Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>Lak, moLLe zawieraA+: GLU</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: S, Lak, Se</b> ) bulka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ) Poledwica wieprzowa 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: S, Lak, G</b> ) Pomidor 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>Lak, moLLe zawieraA+: GLU</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: S, Lak, Se</b> ) bulka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) Jajo gotowane na miękko 50 g ( <b>JAJ</b> ) Poledwica wieprzowa 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: S, Lak, G</b> ) Pomidor bez skóry 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z platkami owsianymi b/ml 300 ml ( <b>S, moLLe zawieraA+: GLU</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: S, Lak, Se</b> ) bulka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) Jajo gotowane na miękko 50 g ( <b>JAJ</b> ) Poledwica wieprzowa 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: S, Lak, G</b> ) Pomidor 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>Lak, moLLe zawieraA+: GLU</b> ) chleb razowy, żył. 100 g ( <b>GLU</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ) Poledwica wieprzowa 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: S, Lak, G</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ) Poledwica wieprzowa 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: S, Lak, G</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żył. 100 g ( <b>GLU</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ) Poledwica wieprzowa 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: S, Lak, G</b> ) Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żył. 50 g ( <b>GLU</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ) Poledwica wieprzowa 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: S, Lak, Se</b> ) Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z platkami owsianymi b/ml 300 ml ( <b>S, moLLe zawieraA+: GLU</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: S, Lak, Se</b> ) chleb razowy, żył. 25 g ( <b>GLU</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Poledwica wieprzowa 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: S, Lak, G</b> ) Pomidor 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>Lak, moLLe zawieraA+: GLU</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: S, Lak, Se</b> ) chleb razowy, żył. 25 g ( <b>GLU</b> ) Masło 82% 10 g ( <b>Lak</b> ) Twaróg 50 g ( <b>Lak</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru niskosłodzona 250 ml	
		Obiad	Gruszka 200 g		wafle ryżowe 20 g				Gruszka 200 g		
			Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S, moLLe zawieraA+: JAJ</b> ) Kotlet panierowany z kurczaka 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Mini marchew pieczona z bulką tartą i masłem 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S, moLLe zawieraA+: JAJ</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g ( <b>GLU, Lak, S</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Mini marchew pieczona z bulką tartą i masłem 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S, moLLe zawieraA+: JAJ</b> ) Potrawka z kurczaka z ziołami b/śmietany 150 g ( <b>GLU, S</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml ( <b>GLU, S, moLLe zawieraA+: JAJ</b> ) Potrawka z kurczaka z ziołami b/śmietany 150 g ( <b>GLU, S</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S, moLLe zawieraA+: JAJ</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g ( <b>GLU, Lak, S</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Mini marchew pieczona z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S, moLLe zawieraA+: JAJ</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g ( <b>GLU, Lak, S</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Mini marchew pieczona z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S, moLLe zawieraA+: JAJ</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g ( <b>GLU, Lak, S</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Mini marchew pieczona z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml ( <b>GLU, S, moLLe zawieraA+: JAJ</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g ( <b>GLU, Lak, S</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml ( <b>GLU, S, moLLe zawieraA+: JAJ</b> ) Naleśniki z dżemem 2szt. 250 g ( <b>GLU, JAJ, Lak, moLLe zawieraA+: GLU, ORZ, S, Se</b> ) Jogurt naturalny 1 szt ( <b>Lak</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
PD			Kisiel gotowany b/cukru 200 ml ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, S, Lak, Se, SO</b> )		Kisiel gotowany b/cukru 200 ml ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, S, Lak, Se, SO</b> )						
Kolacja	chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: S, Lak, Se</b> ) bulka pszenna wroclawska 25 g ( <b>GLU</b> ) Rzodkiewka- plastry 100 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S</b> ) Pasta warzywna z zieleniną 100 g ( <b>S</b> ) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g ( <b>GLU, JAJ, S</b> )	chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: S, Lak, Se</b> ) bulka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) Sałata liść 35 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S</b> ) Pasta warzywna z zieleniną 100 g ( <b>S</b> ) Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g ( <b>GLU, JAJ, S</b> )	chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: S, Lak, Se</b> ) bulka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) Sałata liść 35 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S</b> ) Pasta z warzyw dozwolonych 100 g ( <b>S</b> ) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak</b> )	chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: S, Lak, Se</b> ) bulka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) Sałata liść 35 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S</b> ) Pasta z warzyw dozwolonych 100 g ( <b>S</b> ) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak</b> )	chleb razowy, żył. 100 g ( <b>GLU</b> ) Rzodkiewka- plastry 100 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S</b> ) Pasta warzywna z zieleniną 100 g ( <b>S</b> ) Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak</b> )	chleb razowy, żył. 50 g ( <b>GLU</b> ) Rzodkiewka- plastry 100 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S</b> ) Pasta warzywna z zieleniną 100 g ( <b>S</b> ) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak</b> )	chleb razowy, żył. 50 g ( <b>GLU</b> ) Rzodkiewka- plastry 100 g Pasta warzywna z zieleniną 100 g ( <b>S</b> ) Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak</b> )	chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: S, Lak, Se</b> ) bulka pszenna wroclawska 25 g ( <b>GLU</b> ) Sałata liść 35 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S</b> ) Pasta warzywna z zieleniną 100 g ( <b>S</b> ) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	bulka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU, moLLe zawieraA+: S, Lak, Se</b> ) Rzodkiewka- plastry 100 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g ( <b>moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S</b> ) Pasta warzywna z zieleniną 100 g ( <b>S</b> ) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Ciasto drożdżowe 100 g ( <b>GLU, JAJ, S</b> )		
	Posiłek nocny					Chleb razowy 25 g ( <b>GLU</b> ) Twaróg 30 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,