

	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	Bogatobiałkowa 9	WEGETARIANSKA
Śniadanie	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Masło 82% 10 g (Lak) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, G.) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.) Mix salat z zieleniną i olejem 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, G.) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.) Mix salat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Miód wielokwiatowy 25 g (moL'e zawieraA+: GLU, ORZ, Sj, Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Mix salat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml (GLU, S, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Miód wielokwiatowy 25 g (moL'e zawieraA+: GLU, ORZ, Sj, Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Mix salat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) chleb razowy, żyt. 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, G.) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.) Mix salat z zieleniną i olejem 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, G.) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.) Mix salat z zieleniną i olejem 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 50 g (GLU) Twarożek z ziarnami 50 g (Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, G.) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.) Mix salat z zieleniną i olejem 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Twarożek z ziarnami 75 g (Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, G.) Kielbasa szynkowa wieprzowa 75 g (GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.) Mix salat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Twarożek z ziarnami 100 g (Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, G.) Mix salat z zieleniną i olejem 35 g
	2. śniadanie	Jabłko 150 g	Chrupki kukurydziane 20 g		Jabłko 150 g				
20.10.2025 poniedziałek	Obiad								
	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, Lak, 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, moL'e zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S, moL'e zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se.) 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 kalafiorowa 350 ml (GLU, Lak, 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 kalafiorowa 350 ml (GLU, Lak, 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 kalafiorowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Klopsiki wieprzowe 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pomidorowo-paprykowy 50 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 100 g (GLU) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, Lak, S.) Klopsiki wieprzowe 100 g (GLU, JAJ, S.) Sos pomidorowo-paprykowy 50 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 100 g (GLU) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S, moL'e zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se.) Klopsiki wieprzowe, dieta 150 g (GLU, JAJ, S.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, S, moL'e zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se.) Naleśniki ze szpinakiem 2 szt. 250 g (GLU, JAJ, Lak) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
PD				Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak)	Chrupki kukurydziane 20 g				
Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) chleb razowy, żyt. 50 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (S.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (S.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	chleb razowy, żyt. 100 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak)	chleb razowy, żyt. 50 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak)	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) chleb razowy, żyt. 50 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak) Szynka wieprzowa gotowana 75 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak)	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak) Szynka wieprzowa gotowana 25 g (moL'e zawieraA+: GLU, ORZ, Sj, Lak.) Serek topiony (2 szt.) 50 g (Lak) Pomidorki koktajlowe 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.) Serek topiony (2 szt.) g (Lak)	
	Posiłek nocny					Chleb razowy 25 g (GLU) Twaróg chudy 30 g (moL'e zawieraA+: Lak.)			

	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	Ubogoenerytyczna 8	Bogatobiałkowa 9	WEGETARIANSKA
Śniadanie	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) Poledwica drobiowa got. 50 g (moLLe zawieraA+: Sj, Lak, G.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB, S.) Sałatka z pomidora i ogórka z siemieniem lnianym 100 g (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) 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, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Poledwica drobiowa got. 50 g (moLLe zawieraA+: Sj, Lak, 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, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Poledwica drobiowa got. 50 g (moLLe zawieraA+: Sj, Lak, 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, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Poledwica drobiowa got. 50 g (moLLe zawieraA+: Sj, Lak, G.) Twaróg 50 g (Lak.) Sałata liść 35 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Bułka grahamka 1 szt (GLU.) Chleb razowy 30 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Poledwica drobiowa got. 50 g (moLLe zawieraA+: Sj, Lak, G.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB, S.) Sałatka z pomidora i ogórka z siemieniem lnianym 100 g (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Bułka grahamka 1 szt (GLU.) Chleb razowy 30 g (GLU.) Poledwica drobiowa got. 50 g (moLLe zawieraA+: Sj, Lak, G.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB, S.) Sałatka z pomidora i ogórka z siemieniem lnianym 100 g (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Bułka grahamka 1 szt (GLU.) Poledwica drobiowa got. 50 g (moLLe zawieraA+: Sj, Lak, G.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB, S.) Sałatka z pomidora i ogórka z siemieniem lnianym 100 g (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Mix do smarowania 15 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, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Poledwica drobiowa got. 70 g (moLLe zawieraA+: Sj, Lak, 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, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g (RYB, S.) Sałata z pomidora i ogórka z siemieniem lnianym 100 g (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna niskosłodzona 250 ml
	2. śniadanie	Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, moLLe zawieraA+: ORZ, Sj, Lak, Se.)	jabłko pieczone 100 g		Melon 150 g		Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, moLLe zawieraA+: ORZ, Sj, Lak, Se.)	Melon 150 g	
Obiad	Zupa owocowa z makaronem 350 g (GLU, Lak, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak, Se, SO.) Pierogi ukraińskie z cebulką 400 g (GLU, Lak.) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa owocowa z makaronem 350 g (GLU, Lak, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak, Se, SO.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z cukinii b/śmietany 350 ml (GLU, S.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z cukinii b/śmietany 350 ml (GLU, S.) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa z cukinii b/śmietany 350 ml (GLU, S.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z cukinii b/śmietany 350 ml (GLU, S.) Gulasz wieprzowy 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa owocowa z makaronem 350 g (GLU, Lak, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak, Se, SO.) Gulasz wieprzowy, dieta 225 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa owocowa z makaronem 350 g (GLU, Lak, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak, Se, SO.) Pierogi ukraińskie z cebulką 400 g (GLU, Lak.) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD			Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)				
Kolacja	bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Kielbasa krakowska 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S, G, moLLe zawieraA+: JAJ, Sj, Lak.) Sałata liść 15 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana 1 szt (GLU, JAJ, moLLe zawieraA+: Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Kielbasa krakowska 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S, G, moLLe zawieraA+: JAJ, Sj, Lak.) Sałata liść 15 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana 1 szt (GLU, JAJ, moLLe zawieraA+: Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Schab pieczony wędlina 50 g Pomidor bez skóry 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana 1 szt (GLU, JAJ, moLLe zawieraA+: Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Schab pieczony wędlina 50 g Pomidor bez skóry 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml skyr naturalny 1 szt (Lak.)	bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Kielbasa krakowska 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S, G, moLLe zawieraA+: JAJ, Sj, Lak.) Sałata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml skyr naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Kielbasa krakowska 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S, G, moLLe zawieraA+: JAJ, Sj, Lak.) Sałata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml skyr naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 50 g (GLU.) Kielbasa krakowska 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S, G, moLLe zawieraA+: JAJ, Sj, Lak.) Sałata liść 15 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml skyr naturalny 1 szt (Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Kielbasa krakowska 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S, G, moLLe zawieraA+: JAJ, Sj, Lak.) Sałata liść 15 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml skyr naturalny 1 szt (Lak.)	bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Ser żółty 30 g (Lak.) Sałatka kalafiorowa 100 g (Lak, S, G, moLLe zawieraA+: JAJ, Sj, Lak.) Sałata liść 15 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Bułka maślana 1 szt (GLU, JAJ, moLLe zawieraA+: Lak.)
	Posiłek nocny					Chleb razowy 25 g (GLU.) Twaróg 30 g (Lak.)			

	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	Ubogoenerygetyczna 8	Bogatobiałkowa 9	WEGETARIANSKA	
22.10.2025 środa	Śniadanie	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) chleb razowy, żyt. 25 g (GLU.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Ser żółty 30 g (Lak.) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleciną 50 g Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Twarożek z zieleciną 50 g (Lak.) Pomidor 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Szynka drobiowa gotowana 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Twarożek z zieleciną 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g Masło 82% 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, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Szynka drobiowa gotowana 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Twarożek z zieleciną 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g Masło 82% 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 zieleciną 50 g Ogórek zielony 100 g Masło 82% 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 zieleciną 50 g Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (GLU.) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleciną 50 g Ser żółty 30 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bulka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Twarożek z zieleciną 100 g (Lak.) Pomidor 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) Chleb razowy 25 g (GLU.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleciną 50 g Ser żółty 30 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml
		2. śniadanie	Banan 1 sztuka 150 g			Gruszka 200 g			Banan 1 sztuka 150 g	
22.10.2025 środa	Obiad	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 350 ml (GLU, Lak, S, SO, moLLe zawieraA+: S, G, SO.) Kaszotto z sosem pomidorowym, warzywami i zieleciną 400 g (GLU, S.) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g (G.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 350 ml (GLU, Lak, S, SO, moLLe zawieraA+: S, G, SO.) Kaszotto z sosem pomidorowym, warzywami i zieleciną 400 g (GLU, S.) Marchew gotowana 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabieleny 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraA+: S, G, SO.) 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 zabieleny 350 ml (GLU, Lak, S, SO, moLLe zawieraA+: S, G, SO.) Kaszotto z sosem pomidorowym, warzywami i zieleciną 400 g (GLU, S.) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g (G.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 350 ml (GLU, Lak, S, SO, moLLe zawieraA+: S, G, SO.) Kaszotto z sosem pomidorowym, warzywami i zieleciną 400 g (GLU, S.) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g (G.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabieleny 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraA+: S, G, SO.) Kaszotto z sosem pomidorowym, warzywami i zieleciną 400 g (GLU, S.) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g (G.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Barszcz czerwony zabieleny 350 ml (GLU, Lak, S, SO, moLLe zawieraA+: S, G, SO.) Pulpet wieprzowo drobiowy 200 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 niezabieleny 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraA+: S, G, SO.) Kaszotto wege 400 g (GLU, S.) Sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 150 g (G.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
		PD			wafle ryżowe 20 g		wafle ryżowe 20 g			
22.10.2025 środa	Kolacja	Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Sałata lodowa z zieleciną 35 g chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bulka pszenna wrocławska 25 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Sałata lodowa z zieleciną 35 g bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Sałata lodowa z zieleciną 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Jajo gotowane na miękko 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Sałata lodowa z zieleciną 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Jajo gotowane na miękko 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Sałata lodowa z zieleciną 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Sałata lodowa z zieleciną 35 g chleb razowy, żyt. 100 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Sałata lodowa z zieleciną 35 g Sałata lodowa z zieleciną 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb razowy 50 g (GLU.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Sałata lodowa z zieleciną 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Jajo gotowane 100 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Sałata lodowa z zieleciną 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.) Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Bulka pszenna 25 g (GLU.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak.) Sałata lodowa z zieleciną 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)
		Posiłek nocny					Chleb razowy 25 g (GLU.) Szynka drobiowa gotowana 30 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj.)			

	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	Bogatobiałkowa 9	WEGETARIANSKA	
23.10.2025 czwartek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se.) chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Szynka drobiowa gotowana 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 100 g (moLLe zawieraA+: GLU, ORZ, Sj, Se.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se.) chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Szynka drobiowa gotowana 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj) Serek ziolowy 50 g (Lak) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se.) chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Schnab pieczony wędlina 50 g Serek ziolowy 50 g (Lak) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kasza manna 300 ml (GLU, S, moLLe zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se.) chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Schnab pieczony wędlina 50 g Serek ziolowy 50 g (Lak) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se.) chleb razowy, żył. 100 g (GLU) Szynka drobiowa gotowana 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 100 g (moLLe zawieraA+: GLU, ORZ, Sj, Se.) Pomidor 100 g Masło 82% 10 g (Lak) Herbata czarna bez cukru 250 ml		chleb razowy, żył. 50 g (GLU) Szynka drobiowa gotowana 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 100 g (moLLe zawieraA+: GLU, ORZ, Sj, Se.) Pomidor 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se.) chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Szynka drobiowa gotowana 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj) Serek ziolowy 75 g (Lak) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraA+: ORZ, Sj, G, Se.) chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Serek ziolowy 100 g (Lak) Pasta z zielonego groszku ze słonecznikiem 100 g (moLLe zawieraA+: GLU, ORZ, Sj, Se.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
		Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, O, Se, SO)		Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, moLLe zawieraA+: ORZ, Sj, Lak, Se.)		Jabłko 150 g		Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml (moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, O, Se, SO)	Jabłko 150 g	
23.10.2025 czwartek	Obiad	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos śmietanowo - serowy 50 g (GLU, Lak) Ryż biały 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i masłem 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Potrawka z kurczaka z ziołami 150 g (GLU, Lak, S.) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (GLU, S.) Potrawka z kurczaka z ziołami b/śmietany 150 g (GLU, S.) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos śmietanowo - serowy 50 g (GLU, Lak) Ryż brązowy 200 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos śmietanowo - serowy 50 g (GLU, Lak) Ryż brązowy 200 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ryż brązowy 100 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Solferino 350 ml (GLU, Lak, S.) Filet z kurczaka pieczony 150 g Sos śmietanowo - serowy 50 g (GLU, Lak) Ryż biały 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (GLU, S.) Ryż zapiekany z jabłkami 350 g (moLLe zawieraA+: GLU, ORZ, Sj, Se.) Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
				Chrupki kukurydziane 20 g		Chrupki kukurydziane 20 g				
23.10.2025 czwartek	Kolejka	chleb mieszany psz.-żył. 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 25 g (GLU) Kielbaski Wiedeńskie 2 szt. 100 g Ser żółty 30 g (Lak) Salatka z czerwonej papryki 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO)	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Lak, S, G) Ser żółty 30 g (Lak) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO)	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 50 g (S) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO)	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 50 g (S) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak)	chleb razowy, żył. 100 g (GLU) Kielbaski Wiedeńskie 2 szt. 100 g Ser żółty 30 g (Lak) Salatka z czerwonej papryki 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak)	chleb razowy, żył. 100 g (GLU) Kielbaski Wiedeńskie 2 szt. 100 g Ser żółty 30 g (Lak) Salatka z czerwonej papryki 100 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak)	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Lak, S, G) Ser żółty 45 g (Lak) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO)	chleb mieszany psz.-żył. 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Ser żółty 50 g (Lak) Pasta warzywna z zieleniną 100 g (S) Salatka z czerwonej papryki 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO)	
						chleb razowy, żył. 30 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 25 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.)				

	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	Bogatobiałkowa 9	WEGETARIANSKA	
24.10.2025 piątek	Śniadanie	Zupa ml. Platkii jęczmień na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Se.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak.) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Twaróg 75 g (Lak.) Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Platkii jęczmień na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Se.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Twaróg 75 g (Lak.) Jabłko 150 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Platkii jęczmień na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Se.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Twaróg 75 g (Lak.) Jabłko pieczone 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z platkami jęczmieńnymi b/ml 300 ml (GLU, S, moL'e zawieraA+: ORZ, Se.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Twaróg 75 g (Lak.) Jabłko pieczone 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Platkii jęczmień na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Se.) chleb razowy, żyt. 100 g (GLU) Twaróg 50 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) Twaróg 50 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Rzodkiewka 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Twaróg 50 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Platkii jęczmień na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Se.) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Twaróg 75 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Platkii jęczmień na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: ORZ, Se.) chleb razowy 25 g (GLU) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Twaróg 75 g (Lak.) Jabłko 150 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml
		Rogalik maślany 1 szt (GLU, JAJ, moL'e zawieraA+: Lak.)					Mandarynka 100 g			skyr naturalny 1 szt (Lak.)
24.10.2025 piątek	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (Lak, S.) Filet z dorsza smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kiszanej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (Lak, S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Dyńa pieczona 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Dyńa pieczona 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (Lak, S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kiszanej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (Lak, S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kiszanej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (Lak, S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 100 g Surówka z kiszanej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (Lak, S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Dyńa pieczona 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (Lak, S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kiszanej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa koperkowa z ryżem 350 ml (Lak, S.) Filet z dorsza pieczony 100 g (RYB.) Sos pietruszkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kiszanej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
						Mini marchewki 100 g	Mini marchewki 100 g			
24.10.2025 piątek	Kolejka	Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak.) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.) Sałatka z kuskus i buraczkami 100 g (GLU, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bulka pszenna wrocławska 25 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak.) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g (GLU, moL'e zawieraA+: Lak, S, G.) Sałatka z kuskus i buraczkami 100 g (GLU, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Schab pieczony wędlna 50 g Sałatka z kuskus i buraczkami 100 g (GLU, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Sałata liść 35 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Schab pieczony wędlna 50 g Sałatka z kuskus i buraczkami 100 g (GLU, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) chleb razowy, żyt. 100 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb razowy 100 g (GLU) Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak.) Schab pieczony wędlna 50 g Sałatka z kuskus i buraczkami 100 g (GLU, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb razowy 50 g (GLU) Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak.) Schab pieczony wędlna 50 g Sałatka z kuskus i buraczkami 100 g (GLU, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bulka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak.) Schab pieczony wędlna 75 g Sałatka z kuskus i buraczkami 100 g (GLU, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g (GLU, moL'e zawieraA+: Sj, Lak, Se.) bulka pszenna 25 g (GLU) Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak.) Jajo gotowane 50 g (JAJ) Sałatka z kuskus i buraczkami 100 g (GLU, moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak.) Sałata liść 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moL'e zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	
							Chleb razowy 25 g (GLU) Twaróg chudy 30 g (moL'e zawieraA+: Lak.)			
24.10.2025 piątek	Posiłek nocny									

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. iat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	Bogatobiałkowa 9	WEGETARIANSKA	
25.10.2025 sobota	Śniadanie	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Chleb razowy 25 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Pasta z makreli z serem i ziołami 100 g (RYB, Lak, G.) Ogórek kiszony 100 g (G.) Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Chleb razowy 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Miod wielokwiatowy 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Masło 82% 10 g (Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Pomidor 100 g Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Chleb razowy 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Miod wielokwiatowy 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Masło 82% 10 g (Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml (GLU, S, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Miod wielokwiatowy 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Masło 82% 10 g (Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Chleb razowy 100 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Masło 82% 10 g (Lak.) Pasta z makreli z serem i ziołami 100 g (RYB, Lak, G.) Ogórek kiszony 100 g (G.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Masło 82% 10 g (Lak.) Pasta z makreli z serem i ziołami 100 g (RYB, Lak, G.) Ogórek kiszony 100 g (G.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Mix do smarowania 10 g Pasta z makreli z serem i ziołami 100 g (RYB, Lak, G.) Ogórek kiszony 100 g (G.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Chleb razowy 25 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Masło 82% 10 g (Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Szynka wieprzowa gotowana 75 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml (GLU, Lak, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Chleb razowy 25 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Masło 82% 10 g (Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Szynka wieprzowa gotowana 75 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
		2. śniadanie	Kiwi 100 g	Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, moL'e zawieraA+: ORZ, Si, Lak, Se.)	Kiwi 100 g					
25.10.2025 sobota	Obiad	Zupa jarzynowa z brukselką 350 ml (GLU, Lak, S.) Udziec pieczony w ziołach 100 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) 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, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Szpinak gotowany 150 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na warzywe warzywym 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, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa z brukselką 350 ml (GLU, Lak, S.) Udziec pieczony w ziołach 100 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) 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 w ziołach 100 g Kasza jęczmienna 200 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) 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 w ziołach 100 g Kasza jęczmienna 100 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml (GLU, Lak, S.) Udziec pieczony w ziołach 150 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany 150 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na warzywe warzywym b/ml 350 ml (GLU, S.) Pierogi z serem i kaszą gryczaną 300 g (GLU, Lak, S.) Surówka z marchwi z chrzanem 200 g (Lak, SO.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
		PD		Chrupki kukurydziane 20 g	Chrupki kukurydziane 20 g					
25.10.2025 sobota	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Bułka wrocławska 25 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Jajo gotowane 50 g (JAJ, JAJ, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Poledwica drobiowa got. 50 g (moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Sałata liść 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt owocowy 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Jajo gotowane 50 g (JAJ, JAJ, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Poledwica drobiowa got. 50 g (moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Sałata liść 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt owocowy 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Jajo gotowane na miękko 50 g (JAJ, JAJ, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Poledwica drobiowa got. 50 g (moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Sałata liść 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Jajo gotowane na miękko 50 g (JAJ, JAJ, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Poledwica drobiowa got. 50 g (moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Sałata liść 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Mix do smarowania 10 g Jajo gotowane 50 g (JAJ, JAJ, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Poledwica drobiowa got. 50 g (moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Mix do smarowania 10 g Jajo gotowane 50 g (JAJ, JAJ, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Poledwica drobiowa got. 50 g (moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 50 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Mix do smarowania 10 g Jajo gotowane 50 g (JAJ, JAJ, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Poledwica drobiowa got. 50 g (moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Mix do smarowania 10 g Jajo gotowane 100 g (JAJ, JAJ, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Poledwica drobiowa got. 75 g (moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Jajo gotowane 50 g (JAJ, JAJ, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) ser żółty pełnotłusty 50 g (Lak.) Sałata liść 35 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt owocowy 1 szt (Lak.)
		Posiłek nocny				Chleb razowy 30 g (GLU, GLU, moL'e zawieraA+: JAJ, ORZ, G, Ł.) Szynka wieprzowa gotowana 25 g (moL'e zawieraA+: GLU, Lak, S.)				

	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	Ubogoenerygetyczna 8	Bogatobiałkowa 9	WEGETARIANSKA	
26.10.2025 niedziela	Śniadanie	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Chleb razowy 25 g (GLU, S.) Ser żółty 30 g (Lak.) Paróweczki drobiowe 2szt. 100 g (GLU, Sj.) Rzodkiewka 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, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, S.) 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, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, S.) 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 jaglana 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, S.) 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.) Ser żółty 30 g (Lak.) Paróweczki drobiowe 2szt. 100 g (GLU, Sj.) Masło 82% 10 g (Lak.) Rzodkiewka 100 g Paróweczki drobiowe 2szt. 100 g (GLU, Sj.) Rzodkiewka 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Paróweczki drobiowe 2szt. 50 g (GLU, Sj.) Rzodkiewka 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Paróweczki drobiowe 2szt. 50 g (GLU, Sj.) Rzodkiewka 100 g Mix do smarowania 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Chleb razowy 25 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Chleb razowy 25 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Herbata czarna niskosłodzona 250 ml
		Twaróg 100 g (Lak.)							Jabłko 150 g	Twaróg 100 g (Lak.)
26.10.2025 niedziela	Obiad	Zupa fasolowa 350 ml (GLU, 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 Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraA+: JAJ.) 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 Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraA+: JAJ.) 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 rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraA+: JAJ.) 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 fasolowa 350 ml (GLU, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Kasza gryczana 200 g (GLU.) Sałatka z buraczką 200 g (moLLe zawieraA+: S, G, SO.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa fasolowa 350 ml (GLU, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S.) Kasza gryczana 200 g (GLU.) Sałatka z buraczką 200 g (moLLe zawieraA+: S, G, SO.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa fasolowa 350 ml (GLU, S.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 50 g (GLU, S.) Kasza gryczana 100 g (GLU.) Sałatka z buraczką 200 g (moLLe zawieraA+: S, G, SO.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem z natką pietruszki 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraA+: JAJ.) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraA+: JAJ.) Naleśniki z dżemem 2szt. 250 g (GLU, JAJ, Lak, moLLe zawieraA+: GLU, ORZ, Sj, Se.) Jogurt naturalny sztuka 1 szt (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
		Podplomyki 1 szt					Podplomyki 1 szt			
26.10.2025 niedziela	Kolejca	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Bułka wrocławska 25 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 100 g (Lak, G, Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.) Salata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, S.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Sałatka brokułowa z olejem 100 g Salata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, S.) Jajo gotowane na miękko 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Salata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, S.) Jajo gotowane na miękko 50 g (JAJ.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Salata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 100 g (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Sałatka brokułowa z olejem 100 g Jajo gotowane na miękko 50 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 100 g (Lak.)	Chleb razowy 50 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Sałatka brokułowa z olejem 100 g Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 100 g (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, S.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.) Sałatka brokułowa z olejem 100 g Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moLLe zawieraA+: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Bułka pszenna 50 g (GLU, S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraA+: Sj, Lak, Se.) Ser żółty 30 g (Lak.) Sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 100 g (Lak, G, Se, moLLe zawieraA+: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.) Salata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 100 g (Lak.)	
		Chleb razowy 25 g (GLU.) Szynka wieprzowa gotowana 25 g (moLLe zawieraA+: GLU, Lak, S.)								
26.10.2025 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,