

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	2 Wrzodowa	
2026-03-16 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Paprykarz 100 g (RYB) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki owsiane na mleku 0,5% tł. 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z dorsza gotowanego z jajkiem bez majonezu 100 g (RYB, SEL) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta z dorsza gotowanego z jajkiem bez majonezu 100 g (RYB, SEL) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z dorsza gotowanego z jajkiem bez majonezu 100 g (RYB, SEL) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki owsiane na mleku 0,5% tł. 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z dorsza gotowanego z jajkiem bez majonezu 100 g (RYB, SEL) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml
	II S		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)					Jogurt owocowy 150 g			
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Jajko gotowane 2 szt Sos musztardowy 80 g (GLU, SEL, GOR) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Jajko gotowane 2 szt Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Jajko gotowane 2 szt Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Białko jaja gotowanego 2 szt (JA) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Jajko gotowane 2 szt Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Jajko gotowane 2 szt Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Jajko gotowane 2 szt Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Jajko gotowane 2 szt Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Białko jaja gotowanego 2 szt (JA) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	
	P		Sok wielowarzywny 200 ml					Sok owocowo-warzywny 200 ml			
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	
	Wartość en. [kcal]: 1830.34 kcal; Białko ogółem: 76.45 g; Tłuszcz: 70.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 233.83 g; suma cukrów prostych: 50.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.19 g; Sód: 1392.88 mg;	Wartość en. [kcal]: 1975.44 kcal; Białko ogółem: 84.80 g; Tłuszcz: 73.12 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; Węglowodany ogółem: 245.10 g; suma cukrów prostych: 50.55 g; Błonnik pokarmowy: 36.54 g; Sód: 2007.43 mg;	Wartość en. [kcal]: 1790.94 kcal; Białko ogółem: 77.54 g; Tłuszcz: 61.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 245.10 g; suma cukrów prostych: 39.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Sód: 1341.84 mg;	Wartość en. [kcal]: 1870.94 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz: 54.73 g; Kw. tł. nasy.: 24.70 g; Węglowodany ogółem: 265.70 g; suma cukrów prostych: 48.53 g; Błonnik pokarmowy: 20.99 g; Sód: 1769.84 mg;	Wartość en. [kcal]: 2057.66 kcal; Białko ogółem: 82.17 g; Tłuszcz: 76.59 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 271.85 g; suma cukrów prostych: 53.26 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g; Sód: 1358.28 mg;	Wartość en. [kcal]: 1928.57 kcal; Białko ogółem: 66.34 g; Tłuszcz: 73.62 g; Kw. tł. nasy.: 16.05 g; Węglowodany ogółem: 262.83 g; suma cukrów prostych: 39.25 g; Błonnik pokarmowy: 23.49 g; Sód: 1681.17 mg;	Wartość en. [kcal]: 1880.80 kcal; Białko ogółem: 67.86 g; Tłuszcz: 67.93 g; Kw. tł. nasy.: 16.06 g; Węglowodany ogółem: 262.74 g; suma cukrów prostych: 37.73 g; Błonnik pokarmowy: 23.72 g; Sód: 1547.44 mg;	Wartość en. [kcal]: 2222.62 kcal; Białko ogółem: 87.37 g; Tłuszcz: 77.47 g; Kw. tł. nasy.: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 307.85 g; suma cukrów prostych: 79.66 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; Sód: 1614.63 mg;	Wartość en. [kcal]: 2174.85 kcal; Białko ogółem: 88.89 g; Tłuszcz: 71.78 g; Kw. tł. nasy.: 31.37 g; Węglowodany ogółem: 307.77 g; suma cukrów prostych: 78.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g; Sód: 1480.91 mg;	Wartość en. [kcal]: 1903.35 kcal; Białko ogółem: 91.44 g; Tłuszcz: 56.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 268.67 g; suma cukrów prostych: 49.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.27 g; Sód: 1635.41 mg;	

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	2 Wrzodowa	
2026-03-17 wtorek	Śniadanie	Platki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata b/c 250 ml	Platki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata b/c 250 ml	Platki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Poledwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Platki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Platki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Platki jaglane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Platki jaglane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica miódowa drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Platki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Platki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Platki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml
		II Ś	Salatka wiosenna (salata, pomidor, rzodkiewka, nasiona słonecznika) 150 g							Banan (120g) 1 szt	
2026-03-17 wtorek	Obiad	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	
		P	Kisiel b/c 150 g							Kisiel 150 g	
2026-03-17 wtorek	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 (GLU) Ogórek kiszony 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 (GLU) Ogórek kiszony 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 (GLU) Ogórek kiszony 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 (GLU) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Parówka drobiowa 2 (GLU) Ogórek kiszony 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Parówka drobiowa 2 (GLU) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 (GLU) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 (GLU) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 (GLU) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	
		Wartość en. [kcal]: 2016.51 kcal; Białko ogółem: 78.00 g; Tłuszcz: 80.57 g; Kw. tł. nasycc.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 259.38 g; suma cukrów prostych: 41.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.32 g; Sód: 2382.95 mg;	Wartość en. [kcal]: 2131.93 kcal; Białko ogółem: 77.94 g; Tłuszcz: 88.29 g; Kw. tł. nasycc.: 32.06 g; Węglowodany ogółem: 274.84 g; suma cukrów prostych: 49.03 g; Błonnik pokarmowy: 36.16 g; Sód: 2324.59 mg;	Wartość en. [kcal]: 2017.13 kcal; Białko ogółem: 77.68 g; Tłuszcz: 80.60 g; Kw. tł. nasycc.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 260.06 g; suma cukrów prostych: 42.79 g; Błonnik pokarmowy: 28.57 g; Sód: 2163.25 mg;	Wartość en. [kcal]: 2120.13 kcal; Białko ogółem: 79.28 g; Tłuszcz: 86.30 g; Kw. tł. nasycc.: 33.07 g; Węglowodany ogółem: 267.76 g; suma cukrów prostych: 44.49 g; Błonnik pokarmowy: 21.07 g; Sód: 2213.25 mg;	Wartość en. [kcal]: 2138.53 kcal; Białko ogółem: 83.36 g; Tłuszcz: 86.54 g; Kw. tł. nasycc.: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 267.76 g; suma cukrów prostych: 44.49 g; Błonnik pokarmowy: 21.07 g; Sód: 2354.25 mg;	Wartość en. [kcal]: 1958.01 kcal; Białko ogółem: 72.06 g; Tłuszcz: 79.53 g; Kw. tł. nasycc.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 255.02 g; suma cukrów prostych: 34.10 g; Błonnik pokarmowy: 30.77 g; Sód: 2406.30 mg;	Wartość en. [kcal]: 1977.03 kcal; Białko ogółem: 75.82 g; Tłuszcz: 79.80 g; Kw. tł. nasycc.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 255.70 g; suma cukrów prostych: 35.61 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g; Sód: 2327.60 mg;	Wartość en. [kcal]: 2446.61 kcal; Białko ogółem: 85.04 g; Tłuszcz: 89.22 g; Kw. tł. nasycc.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 333.56 g; suma cukrów prostych: 71.95 g; Błonnik pokarmowy: 23.76 g; Sód: 2428.24 mg;	Wartość en. [kcal]: 2393.14 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz: 82.12 g; Kw. tł. nasycc.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 328.19 g; suma cukrów prostych: 68.38 g; Błonnik pokarmowy: 21.80 g; Sód: 2431.37 mg;	Wartość en. [kcal]: 2020.51 kcal; Białko ogółem: 82.01 g; Tłuszcz: 76.87 g; Kw. tł. nasycc.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 260.47 g; suma cukrów prostych: 40.51 g; Błonnik pokarmowy: 18.97 g; Sód: 2035.57 mg;

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	2 Wrzodowa	
2026-03-18 środa	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Śliwka (50g) 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Herbata b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 80 g (GLU, SOJ) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 80 g (GLU, SOJ) Mus jabłkowy 100 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 80 g (GLU, SOJ) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml
	II ś		Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały) 150 g (MLE)					Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały) 150 g (MLE)	Sok owocowo-warzywny 200 ml		
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi drobno starta z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml						Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	
	P		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)					Jogurt owocowy 150 g			
Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (MLE) Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (MLE) Rzodkiewka 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (MLE) Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry zmiksowany 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml		Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml		
	Wartość en. [kcal]: 1891.19 kcal; Białko ogółem: 78.02 g; Tłuszcz: 67.68 g; Kw. tł. nasy.: 29.31 g; Węglowodany ogółem: 258.31 g; suma cukrów prostych: 45.84 g; Błonnik pokarmowy: 30.52 g; Sód: 1564.52 mg;	Wartość en. [kcal]: 2119.16 kcal; Białko ogółem: 92.31 g; Tłuszcz: 92.46 g; Kw. tł. nasy.: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 248.18 g; suma cukrów prostych: 37.08 g; Błonnik pokarmowy: 36.38 g; Sód: 1605.54 mg;	Wartość en. [kcal]: 1924.47 kcal; Białko ogółem: 78.28 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 266.16 g; suma cukrów prostych: 52.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.65 g; Sód: 1566.10 mg;	Wartość en. [kcal]: 2027.47 kcal; Białko ogółem: 79.88 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.96 g; Węglowodany ogółem: 273.86 g; suma cukrów prostych: 54.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.15 g; Sód: 1616.10 mg;	Wartość en. [kcal]: 2043.94 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 74.02 g; Kw. tł. nasy.: 31.06 g; Węglowodany ogółem: 273.88 g; suma cukrów prostych: 54.51 g; Błonnik pokarmowy: 24.15 g; Sód: 1701.55 mg;	Wartość en. [kcal]: 1807.36 kcal; Białko ogółem: 71.77 g; Tłuszcz: 66.49 g; Kw. tł. nasy.: 15.35 g; Węglowodany ogółem: 277.90 g; suma cukrów prostych: 34.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.15 g; Sód: 1586.84 mg;	Wartość en. [kcal]: 1914.89 kcal; Białko ogółem: 73.61 g; Tłuszcz: 65.44 g; Kw. tł. nasy.: 14.36 g; Węglowodany ogółem: 275.59 g; suma cukrów prostych: 60.80 g; Błonnik pokarmowy: 32.71 g; Sód: 1710.67 mg;	Wartość en. [kcal]: 2405.38 kcal; Białko ogółem: 101.03 g; Tłuszcz: 84.02 g; Kw. tł. nasy.: 33.46 g; Węglowodany ogółem: 325.20 g; suma cukrów prostych: 67.48 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g; Sód: 1962.07 mg;	Wartość en. [kcal]: 2423.84 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 79.51 g; Kw. tł. nasy.: 33.14 g; Węglowodany ogółem: 348.14 g; suma cukrów prostych: 84.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g; Sód: 2036.05 mg;	Wartość en. [kcal]: 2012.84 kcal; Białko ogółem: 77.70 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 272.25 g; suma cukrów prostych: 53.21 g; Błonnik pokarmowy: 22.68 g; Sód: 1617.05 mg;	

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	2 Wrzodowa	
2026-03-19 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata b/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Schab pieczony 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml
	II S		Kiwi (100g) 1 szt						Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)		
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pieczeniowy 100 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pieczeniowy 100 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka Coleslaw 130 g (JAJ) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pieczeniowy 100 g (SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml							Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml
	P		Sok pomidorowy 200 ml						Sok owocowo-warzywny 200 ml		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Mix salat z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Mix salat z sosem vinegret 15 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Mix salat z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Mix salat z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Mix salat z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Mix salat z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Mix salat z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Mix salat z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml
	Wartość en. [kcal]: 1976.81 kcal; Białko ogółem: 89.90 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 263.31 g; suma cukrów prostych: 44.40 g; Błonnik pokarmowy: 26.02 g; Sód: 1548.11 mg;	Wartość en. [kcal]: 2054.63 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 74.14 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 275.23 g; suma cukrów prostych: 39.01 g; Błonnik pokarmowy: 38.15 g; Sód: 1651.73 mg;	Wartość en. [kcal]: 2008.01 kcal; Białko ogółem: 91.12 g; Tłuszcz: 68.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 270.50 g; suma cukrów prostych: 46.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g; Sód: 1472.15 mg;	Wartość en. [kcal]: 2111.01 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 74.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 278.20 g; suma cukrów prostych: 48.52 g; Błonnik pokarmowy: 20.57 g; Sód: 1522.15 mg;	Wartość en. [kcal]: 2033.01 kcal; Białko ogółem: 95.44 g; Tłuszcz: 69.47 g; Kw. tł. nasy.: 28.82 g; Węglowodany ogółem: 270.68 g; suma cukrów prostych: 46.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 g; Sód: 1560.15 mg;	Wartość en. [kcal]: 1949.51 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz: 67.65 g; Kw. tł. nasy.: 14.58 g; Węglowodany ogółem: 266.14 g; suma cukrów prostych: 39.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.52 g; Sód: 1460.53 mg;	Wartość en. [kcal]: 2077.51 kcal; Białko ogółem: 91.10 g; Tłuszcz: 74.13 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 274.02 g; suma cukrów prostych: 41.34 g; Błonnik pokarmowy: 23.02 g; Sód: 1598.53 mg;	Wartość en. [kcal]: 2260.76 kcal; Białko ogółem: 99.20 g; Tłuszcz: 76.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 307.45 g; suma cukrów prostych: 66.17 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; Sód: 1695.40 mg;	Wartość en. [kcal]: 2285.14 kcal; Białko ogółem: 103.96 g; Tłuszcz: 75.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 312.35 g; suma cukrów prostych: 68.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g; Sód: 1791.23 mg;	Wartość en. [kcal]: 1996.89 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 62.42 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 277.14 g; suma cukrów prostych: 50.48 g; Błonnik pokarmowy: 21.78 g; Sód: 1479.28 mg;	

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL. Łatwostrawna	2 Wrzodowa	
2026-03-20 piątek	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 250 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 80 g (JAJ) Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 80 g (JAJ) Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	
	II Ś		Jabłko (150g) 1 szt					Jabłko gotowane (150g) 1 szt			
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Filet z dorsza smażony 90 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 130 g Mandarynka 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат 30 g Banan (120g) 1 szt Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 130 g Mandarynka 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат 30 g Banan (120g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml				Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Puree bananowe 60 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pierogi leniwe z masłem i bułką 250 g (GLU, MLE) Banan (120g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат 30 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Sos vinegret 10 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Dyńia pieczona z ziołami 150 g Banan (120g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml
	P		Sok marchwiowy 200 ml						Sok marchwiowy 200 ml		
Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Hummus 80 g Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połudwica miodowa drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek 70 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml		
	Wartość en. [kcal]: 2079.26 kcal; Białko ogółem: 70.61 g; Tłuszcz: 83.86 g; Kw. tł. nasy.: 34.52 g; Węglowodany ogółem: 273.80 g; suma cukrów prostych: 55.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.90 g; Sód: 1706.74 mg;	Wartość en. [kcal]: 1780.22 kcal; Białko ogółem: 64.82 g; Tłuszcz: 65.64 g; Kw. tł. nasy.: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 251.22 g; suma cukrów prostych: 54.65 g; Błonnik pokarmowy: 37.03 g; Sód: 1437.82 mg;	Wartość en. [kcal]: 2075.52 kcal; Białko ogółem: 74.68 g; Tłuszcz: 71.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.69 g; Węglowodany ogółem: 290.78 g; suma cukrów prostych: 72.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.69 g; Sód: 1278.57 mg;	Wartość en. [kcal]: 2200.92 kcal; Białko ogółem: 78.28 g; Tłuszcz: 79.21 g; Kw. tł. nasy.: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 298.57 g; suma cukrów prostych: 74.41 g; Błonnik pokarmowy: 18.19 g; Sód: 1379.10 mg;	Wartość en. [kcal]: 2097.92 kcal; Białko ogółem: 76.68 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 28.17 g; Węglowodany ogółem: 290.87 g; suma cukrów prostych: 72.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.69 g; Sód: 1329.10 mg;	Wartość en. [kcal]: 2071.71 kcal; Białko ogółem: 58.07 g; Tłuszcz: 79.51 g; Kw. tł. nasy.: 14.22 g; Węglowodany ogółem: 290.16 g; suma cukrów prostych: 62.42 g; Błonnik pokarmowy: 29.89 g; Sód: 1304.19 mg;	Wartość en. [kcal]: 1974.49 kcal; Białko ogółem: 71.92 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 14.78 g; Węglowodany ogółem: 275.69 g; suma cukrów prostych: 51.95 g; Błonnik pokarmowy: 19.36 g; Sód: 1846.88 mg;	Wartość en. [kcal]: 2136.30 kcal; Białko ogółem: 95.79 g; Tłuszcz: 65.49 g; Kw. tł. nasy.: 33.69 g; Węglowodany ogółem: 297.59 g; suma cukrów prostych: 114.66 g; Błonnik pokarmowy: 18.64 g; Sód: 1320.22 mg;	Wartość en. [kcal]: 2173.29 kcal; Białko ogółem: 77.88 g; Tłuszcz: 74.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 309.52 g; suma cukrów prostych: 84.20 g; Błonnik pokarmowy: 23.51 g; Sód: 1482.02 mg;	Wartość en. [kcal]: 2171.33 kcal; Białko ogółem: 79.84 g; Tłuszcz: 71.35 g; Kw. tł. nasy.: 29.19 g; Węglowodany ogółem: 309.53 g; suma cukrów prostych: 76.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.89 g; Sód: 1411.73 mg;	

		2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	2 Wrzodowa		
2026-03-21 sobota	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jabłko gotowane (150g) 1 szt	
	Obiad	Zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Sos jarzynowy z mięsem drobiowym (80g mięso/ 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Sos pieczarkowy z mięsem drobiowym (80g mięso/ 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ryż brązowy 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Sos jarzynowy z mięsem drobiowym (80g mięso/ 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Sos jarzynowy z mięsem drobiowym (80g mięso/ 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Marchew baby gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Sos jarzynowy z mięsem drobiowym (80g mięso/ 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Sos jarzynowy z mięsem drobiowym (80g mięso/ 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Marchew baby gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Sos jarzynowy z mięsem drobiowym (80g mięso/ 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Marchew baby gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Sos jarzynowy z mięsem drobiowym (80g mięso/ 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Sos jarzynowy z mięsem drobiowym (80g mięso/ 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Marchew baby gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Sos jarzynowy z mięsem drobiowym (80g mięso/ 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Marchew baby gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jabłko gotowane (150g) 1 szt
	P		Sok wielowarzywny 200 ml						Sok owocowo-warzywny 200 ml		Sok owocowo-warzywny 200 ml		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasztet drobiowy 60 g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ogórek kiszony 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Ogórek kiszony 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	
		Wartość en. [kcal]: 1932.67 kcal; Białko ogółem: 78.32 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasycc.: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 268.86 g; suma cukrów prostych: 47.90 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; Sód: 1832.03 mg;	Wartość en. [kcal]: 1809.40 kcal; Białko ogółem: 84.56 g; Tłuszcz: 55.97 g; Kw. tł. nasycc.: 27.46 g; Węglowodany ogółem: 261.89 g; suma cukrów prostych: 46.28 g; Błonnik pokarmowy: 39.94 g; Sód: 2413.66 mg;	Wartość en. [kcal]: 1816.13 kcal; Białko ogółem: 78.83 g; Tłuszcz: 52.48 g; Kw. tł. nasycc.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 271.85 g; suma cukrów prostych: 51.36 g; Błonnik pokarmowy: 28.81 g; Sód: 1737.87 mg;	Wartość en. [kcal]: 1850.78 kcal; Białko ogółem: 80.87 g; Tłuszcz: 50.64 g; Kw. tł. nasycc.: 25.54 g; Węglowodany ogółem: 279.78 g; suma cukrów prostych: 52.05 g; Błonnik pokarmowy: 22.66 g; Sód: 1830.81 mg;	Wartość en. [kcal]: 1833.12 kcal; Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz: 52.81 g; Kw. tł. nasycc.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 271.87 g; suma cukrów prostych: 51.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.81 g; Sód: 1803.40 mg;	Wartość en. [kcal]: 1704.41 kcal; Białko ogółem: 72.28 g; Tłuszcz: 48.19 g; Kw. tł. nasycc.: 10.18 g; Węglowodany ogółem: 259.98 g; suma cukrów prostych: 38.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.16 g; Sód: 1485.66 mg;	Wartość en. [kcal]: 1791.28 kcal; Białko ogółem: 77.95 g; Tłuszcz: 49.30 g; Kw. tł. nasycc.: 11.58 g; Węglowodany ogółem: 271.66 g; suma cukrów prostych: 41.65 g; Błonnik pokarmowy: 22.80 g; Sód: 1553.99 mg;	Wartość en. [kcal]: 2013.88 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 53.22 g; Kw. tł. nasycc.: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 316.20 g; suma cukrów prostych: 81.28 g; Błonnik pokarmowy: 30.50 g; Sód: 1924.06 mg;	Wartość en. [kcal]: 1931.53 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 43.44 g; Kw. tł. nasycc.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 313.97 g; suma cukrów prostych: 79.33 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g; Sód: 1986.98 mg;	Wartość en. [kcal]: 1819.78 kcal; Białko ogółem: 80.73 g; Tłuszcz: 48.08 g; Kw. tł. nasycc.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 277.30 g; suma cukrów prostych: 51.08 g; Błonnik pokarmowy: 21.26 g; Sód: 1785.25 mg;		

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL. Łatwostrawna	2 Wrzodowa	
2026-03-22 niedziela	Śniadanie	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Papryka 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Herbata b/c 250 ml	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Dymia pieczona z ziołami 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Dymia pieczona z ziołami 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki orkiszowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki orkiszowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Dymia pieczona z ziołami 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Dymia pieczona z ziołami 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Cwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	
	II S									Kisiel 150 g	
	Obiad	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Kotlet schabowy wp. smażony 100 g Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml						Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	
	P		Wafle ryżowe wieloziałiste 3 szt							Sok pomidorowy 200 ml	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Polędwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salatka z ogórka kiszzonego 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Polędwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salatka z ogórka kiszzonego 80 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Polędwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Polędwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Polędwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Polędwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Polędwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Polędwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml		
	Wartość en. [kcal]: 1939.67 kcal; Białko ogółem: 86.39 g; Tłuszcz: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 262.20 g; suma cukrów prostych: 37.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.03 g; Sód: 1818.97 mg;	Wartość en. [kcal]: 1835.03 kcal; Białko ogółem: 71.60 g; Tłuszcz: 75.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 233.00 g; suma cukrów prostych: 18.13 g; Błonnik pokarmowy: 33.01 g; Sód: 1806.34 mg;	Wartość en. [kcal]: 2074.30 kcal; Białko ogółem: 86.07 g; Tłuszcz: 67.63 g; Kw. tł. nasy.: 30.00 g; Węglowodany ogółem: 287.12 g; suma cukrów prostych: 58.97 g; Błonnik pokarmowy: 21.86 g; Sód: 1553.00 mg;	Wartość en. [kcal]: 1971.30 kcal; Białko ogółem: 84.47 g; Tłuszcz: 61.93 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 279.42 g; suma cukrów prostych: 57.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g; Sód: 1603.00 mg;	Wartość en. [kcal]: 1910.14 kcal; Białko ogółem: 78.45 g; Tłuszcz: 60.98 g; Kw. tł. nasy.: 14.47 g; Węglowodany ogółem: 273.97 g; suma cukrów prostych: 50.03 g; Błonnik pokarmowy: 31.20 g; Sód: 1586.71 mg;	Wartość en. [kcal]: 1926.00 kcal; Białko ogółem: 73.10 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 277.84 g; suma cukrów prostych: 49.27 g; Błonnik pokarmowy: 22.63 g; Sód: 1464.60 mg;	Wartość en. [kcal]: 2038.30 kcal; Białko ogółem: 88.67 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 290.12 g; suma cukrów prostych: 61.37 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g; Sód: 1793.00 mg;	Wartość en. [kcal]: 2076.80 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 299.74 g; suma cukrów prostych: 69.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g; Sód: 1797.05 mg;	Wartość en. [kcal]: 1970.83 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 291.92 g; suma cukrów prostych: 64.39 g; Błonnik pokarmowy: 20.93 g; Sód: 1604.49 mg;		

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	2 Wrzodowa	
2026-03-23 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata b/c 250 ml	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 80 g (GLU, SOJ, MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica sopocka 80 g (GLU, SOJ, MLE) Mus jabłkowy 100 g Herbata (cukier 5g) 250 ml Cwikła z jabłkiem 80 g	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 80 g (GLU, SOJ, MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml
		II S Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)									
2026-03-23 poniedziałek	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml
		Kisiel 150 g									
2026-03-23 poniedziałek	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśniwka 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśniwka 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśniwka 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśniwka 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśniwka 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pieczeń mięśniwka 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pieczeń mięśniwka 60 g (SOJ) Pomidor 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśniwka 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśniwka 80 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń mięśniwka 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml
		Wartość en. [kcal]: 2219.19 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 60.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 332.14 g; suma cukrów prostych: 63.08 g; Błonnik pokarmowy: 24.96 g; Sód: 1747.65 mg;	Wartość en. [kcal]: 1889.52 kcal; Białko ogółem: 74.15 g; Tłuszcz: 52.97 g; Kw. tł. nasy.: 24.32 g; Węglowodany ogółem: 288.45 g; suma cukrów prostych: 61.60 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g; Sód: 1464.50 mg;	Wartość en. [kcal]: 2107.65 kcal; Białko ogółem: 85.71 g; Tłuszcz: 59.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 318.25 g; suma cukrów prostych: 67.15 g; Błonnik pokarmowy: 22.81 g; Sód: 1567.06 mg;	Wartość en. [kcal]: 2210.65 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; Węglowodany ogółem: 325.95 g; suma cukrów prostych: 68.85 g; Błonnik pokarmowy: 15.31 g; Sód: 1517.06 mg;	Wartość en. [kcal]: 2132.65 kcal; Białko ogółem: 90.03 g; Tłuszcz: 59.96 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 318.43 g; suma cukrów prostych: 67.15 g; Błonnik pokarmowy: 22.81 g; Sód: 1689.06 mg;	Wartość en. [kcal]: 2108.48 kcal; Białko ogółem: 79.82 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasy.: 16.50 g; Węglowodany ogółem: 318.01 g; suma cukrów prostych: 59.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g; Sód: 1665.42 mg;	Wartość en. [kcal]: 2060.73 kcal; Białko ogółem: 78.70 g; Tłuszcz: 65.54 g; Kw. tł. nasy.: 16.52 g; Węglowodany ogółem: 299.04 g; suma cukrów prostych: 102.49 g; Błonnik pokarmowy: 18.98 g; Sód: 1811.23 mg;	Wartość en. [kcal]: 2177.15 kcal; Białko ogółem: 88.32 g; Tłuszcz: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 330.98 g; suma cukrów prostych: 74.22 g; Błonnik pokarmowy: 17.11 g; Sód: 1601.11 mg;	Wartość en. [kcal]: 2271.92 kcal; Białko ogółem: 96.65 g; Tłuszcz: 63.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.65 g; Węglowodany ogółem: 335.80 g; suma cukrów prostych: 74.36 g; Błonnik pokarmowy: 17.35 g; Sód: 1759.04 mg;	Wartość en. [kcal]: 2210.65 kcal; Białko ogółem: 87.31 g; Tłuszcz: 64.88 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; Węglowodany ogółem: 325.95 g; suma cukrów prostych: 68.85 g; Błonnik pokarmowy: 15.31 g; Sód: 1517.06 mg;

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	2 Wrzodowa	
2026-03-24 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ogórek kiszony 100 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z dorsza gotowanego z jajkiem bez majonezu 100 g (RYB, SEL) Ogórek kiszony 100 g Herbata b/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z dorsza gotowanego z jajkiem bez majonezu 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z dorsza gotowanego z jajkiem bez majonezu 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta z dorsza gotowanego z jajkiem bez majonezu 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta z dorsza gotowanego z jajkiem bez majonezu 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z dorsza gotowanego z jajkiem bez majonezu 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z dorsza gotowanego z jajkiem bez majonezu 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z dorsza gotowanego z jajkiem bez majonezu 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z dorsza gotowanego z jajkiem bez majonezu 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml
		II Ś	Kefir naturalny 200 ml (MLE)						Jogurt owocowy 150 g		
2026-03-24 wtorek	Obiad	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Kasza gryczana 200 g Salata 30 g Sos vinegret 10 Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Kasza jaglana 200 g Salata 30 g Sos vinegret 10 Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Kasza jaglana 200 g Salata 30 g Sos vinegret 10 Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Kasza jaglana 200 g Salata 30 g Sos vinegret 10 Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Kasza jaglana 200 g Salata 30 g Sos vinegret 10 Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Kasza jaglana 200 g Salata 30 g Sos vinegret 10 Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Kasza jaglana 200 g Salata 30 g Sos vinegret 10 Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Kasza jaglana 200 g Salata 30 g Sos vinegret 10 Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Kasza jaglana 200 g Salata 30 g Sos vinegret 10 Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	
		P	Surówka z selera i jabłka z orzechami włoskimi 150 g (ORZ, SEL)					Mus owocowy 100 g			
2026-03-24 wtorek	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 (GLU) Ketchup 20 g (SEL) Papryka 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Ketchup 20 g (SEL) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 (GLU) Papryka 50 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 [Por] x 1 (GLU) Ketchup 20 g (SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab benedyktyński 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 [Por] x 1 (GLU) Ketchup 20 (SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Parówka drobiowa 2 [Por] x 1 (GLU) Ketchup 20 (SEL) Pomidor 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Parówka drobiowa 2 [Por] x 1 (GLU) Pomidor 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 2 [Por] x 1 (GLU) Ketchup 20 (SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab benedyktyński 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	
			Wartość en. [kcal]: 2130.28 kcal; Białko ogółem: 86.14 g; Tłuszcz: 88.36 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 262.41 g; suma cukrów prostych: 47.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.65 g; Sód: 2106.83 mg;	Wartość en. [kcal]: 2144.21 kcal; Białko ogółem: 84.12 g; Tłuszcz: 97.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 251.93 g; suma cukrów prostych: 38.20 g; Błonnik pokarmowy: 40.56 g; Sód: 2091.99 mg;	Wartość en. [kcal]: 2240.83 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz: 93.83 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 274.03 g; suma cukrów prostych: 50.66 g; Błonnik pokarmowy: 19.95 g; Sód: 1888.99 mg;	Wartość en. [kcal]: 2089.50 kcal; Białko ogółem: 97.55 g; Tłuszcz: 75.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 265.47 g; suma cukrów prostych: 48.02 g; Błonnik pokarmowy: 19.21 g; Sód: 1212.80 mg;	Wartość en. [kcal]: 2137.83 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz: 88.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 266.33 g; suma cukrów prostych: 48.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; Sód: 1838.99 mg;	Wartość en. [kcal]: 2078.45 kcal; Białko ogółem: 77.91 g; Tłuszcz: 87.08 g; Kw. tł. nasy.: 16.64 g; Węglowodany ogółem: 261.78 g; suma cukrów prostych: 41.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; Sód: 1827.00 mg;	Wartość en. [kcal]: 2096.91 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 84.71 g; Kw. tł. nasy.: 17.71 g; Węglowodany ogółem: 266.84 g; suma cukrów prostych: 41.05 g; Błonnik pokarmowy: 22.98 g; Sód: 1685.84 mg;	Wartość en. [kcal]: 2307.33 kcal; Białko ogółem: 92.94 g; Tłuszcz: 90.38 g; Kw. tł. nasy.: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 293.83 g; suma cukrów prostych: 62.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g; Sód: 2041.49 mg;	Wartość en. [kcal]: 2284.29 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 82.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 304.21 g; suma cukrów prostych: 63.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; Sód: 2047.83 mg;

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	2 Wrzodowa	
2026-03-25 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Herbata b/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	
	II ś		Sok wielowarzywny 200 ml							Sok owocowo-warzywny 200 ml	
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i koperku z olejem 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i koperku z olejem 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 100g, sos) 180 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i koperku z olejem 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i koperku z olejem 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i koperku z olejem 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i koperku z olejem 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i koperku z olejem 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i koperku z olejem 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		
	P		Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)						Serek homogenizowany waniliowy gar. 10kg 150 g (MLE)		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Pomidor 80 g Miód wielokwiatowy 30 ml Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Miód wielokwiatowy 30 ml Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Miód wielokwiatowy 30 ml Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Miód wielokwiatowy 30 ml Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Miód wielokwiatowy 30 ml Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Miód wielokwiatowy 30 ml Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twarożek 70 g (MLE) Miód wielokwiatowy 30 ml Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml		
		Wartość en. [kcal]: 2063.25 kcal; Białko ogółem: 73.51 g; Tłuszcz: 80.35 g; Kw. tł. nasy.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 275.99 g; suma cukrów prostych: 41.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g; Sód: 1475.65 mg;	Wartość en. [kcal]: 2083.85 kcal; Białko ogółem: 83.89 g; Tłuszcz: 79.56 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 279.01 g; suma cukrów prostych: 38.22 g; Błonnik pokarmowy: 41.09 g; Sód: 2148.79 mg;	Wartość en. [kcal]: 1880.54 kcal; Białko ogółem: 73.90 g; Tłuszcz: 58.32 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 279.18 g; suma cukrów prostych: 42.61 g; Błonnik pokarmowy: 27.16 g; Sód: 1413.71 mg;	Wartość en. [kcal]: 1937.86 kcal; Białko ogółem: 77.33 g; Tłuszcz: 55.77 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 293.42 g; suma cukrów prostych: 48.35 g; Błonnik pokarmowy: 21.86 g; Sód: 1531.27 mg;	Wartość en. [kcal]: 1975.22 kcal; Białko ogółem: 74.36 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 278.58 g; suma cukrów prostych: 43.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g; Sód: 1284.72 mg;	Wartość en. [kcal]: 1912.35 kcal; Białko ogółem: 67.06 g; Tłuszcz: 69.86 g; Kw. tł. nasy.: 15.62 g; Węglowodany ogółem: 269.75 g; suma cukrów prostych: 32.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.22 g; Sód: 1393.60 mg;	Wartość en. [kcal]: 1960.30 kcal; Białko ogółem: 68.84 g; Tłuszcz: 66.99 g; Kw. tł. nasy.: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 284.03 g; suma cukrów prostych: 38.44 g; Błonnik pokarmowy: 23.97 g; Sód: 1474.59 mg;	Wartość en. [kcal]: 2299.30 kcal; Białko ogółem: 103.70 g; Tłuszcz: 67.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.15 g; Węglowodany ogółem: 336.02 g; suma cukrów prostych: 85.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g; Sód: 1559.34 mg;	Wartość en. [kcal]: 2331.34 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 337.85 g; suma cukrów prostych: 85.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g; Sód: 1567.11 mg;	Wartość en. [kcal]: 2539.35 kcal; Białko ogółem: 101.64 g; Tłuszcz: 53.29 g; Kw. tł. nasy.: 24.19 g; Węglowodany ogółem: 429.47 g; suma cukrów prostych: 89.77 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; Sód: 1636.67 mg;

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	2 Wrzodowa	
2026-03-26 czwartek	Śniadanie	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Papryka 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Papryka 50 g Herbata b/c 250 ml	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 80 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki żytnie na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki żytnie na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 80 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 80 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	
	II Ś		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)					Jogurt owocowy 150 g			
	Obiad	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml							
	P.		Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt					Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)			
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałatka z ogórka kiszzonego 100 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Sałatka z ogórka kiszzonego 100 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica sopocka drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 5g) 250 ml		
	Wartość en. [kcal]: 1961.33 kcal; Białko ogółem: 83.71 g; Tłuszcz: 65.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 273.64 g; suma cukrów prostych: 52.69 g; Błonnik pokarmowy: 30.42 g; Sód: 2196.76 mg;	Wartość en. [kcal]: 1863.28 kcal; Białko ogółem: 81.30 g; Tłuszcz: 64.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.13 g; Węglowodany ogółem: 254.14 g; suma cukrów prostych: 32.47 g; Błonnik pokarmowy: 33.63 g; Sód: 1817.61 mg;	Wartość en. [kcal]: 2104.78 kcal; Białko ogółem: 84.82 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 298.65 g; suma cukrów prostych: 70.22 g; Błonnik pokarmowy: 23.19 g; Sód: 1980.70 mg;	Wartość en. [kcal]: 2018.25 kcal; Białko ogółem: 86.61 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 290.97 g; suma cukrów prostych: 68.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.69 g; Sód: 1996.28 mg;	Wartość en. [kcal]: 2071.28 kcal; Białko ogółem: 90.48 g; Tłuszcz: 67.07 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 287.39 g; suma cukrów prostych: 61.34 g; Błonnik pokarmowy: 35.54 g; Sód: 1954.05 mg;	Wartość en. [kcal]: 2062.75 kcal; Białko ogółem: 82.27 g; Tłuszcz: 65.88 g; Kw. tł. nasy.: 12.33 g; Węglowodany ogółem: 294.31 g; suma cukrów prostych: 63.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.64 g; Sód: 2069.63 mg;	Wartość en. [kcal]: 2240.68 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 66.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 325.43 g; suma cukrów prostych: 79.07 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g; Sód: 2186.80 mg;	Wartość en. [kcal]: 2257.15 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 66.37 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 325.45 g; suma cukrów prostych: 79.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g; Sód: 2252.38 mg;	Wartość en. [kcal]: 2104.78 kcal; Białko ogółem: 84.82 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.16 g; Węglowodany ogółem: 298.65 g; suma cukrów prostych: 70.22 g; Błonnik pokarmowy: 23.19 g; Sód: 1980.70 mg;		

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	2 Wrzodowa	
2026-03-27 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Pomidor 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Pomidor 80 g Herbata b/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 100 g (JAJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 120 g (JAJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 120 g (JAJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 120 g (JAJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 100 g (JAJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml
	II S		Sok wielowarzywny 200 ml						Sok owocowo-warzywny 200 ml		
	Obiad	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku gotowane 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku gotowane 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml		Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku gotowane 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml				Krupnik 400 g (GLU, SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku gotowane 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Jogurt naturalny 100 g (MLE)	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku gotowane 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku gotowane 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml
	P		Wafle ryżowe wielozłarniste 3 szt						Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 80 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 5g) 250 ml
	Wartość en. [kcal]: 1793.03 kcal; Białko ogółem: 77.10 g; Tłuszcz: 66.60 g; Kw. tł. nasy.: 26.70 g; Węglowodany ogółem: 235.48 g; suma cukrów prostych: 42.73 g; Błonnik pokarmowy: 27.30 g; Sód: 1716.84 mg;	Wartość en. [kcal]: 1869.58 kcal; Białko ogółem: 78.96 g; Tłuszcz: 68.19 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 252.66 g; suma cukrów prostych: 37.26 g; Błonnik pokarmowy: 36.39 g; Sód: 2214.29 mg;	Wartość en. [kcal]: 1789.96 kcal; Białko ogółem: 77.00 g; Tłuszcz: 66.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 234.55 g; suma cukrów prostych: 42.38 g; Błonnik pokarmowy: 26.68 g; Sód: 1713.92 mg;	Wartość en. [kcal]: 1883.56 kcal; Białko ogółem: 81.07 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.18 g; Węglowodany ogółem: 242.34 g; suma cukrów prostych: 44.05 g; Błonnik pokarmowy: 19.18 g; Sód: 1826.64 mg;	Wartość en. [kcal]: 1866.20 kcal; Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 72.42 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 234.89 g; suma cukrów prostych: 42.42 g; Błonnik pokarmowy: 26.70 g; Sód: 1826.64 mg;	Wartość en. [kcal]: 1731.46 kcal; Białko ogółem: 71.06 g; Tłuszcz: 65.53 g; Kw. tł. nasy.: 12.76 g; Węglowodany ogółem: 230.19 g; suma cukrów prostych: 35.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.13 g; Sód: 1702.31 mg;	Wartość en. [kcal]: 1877.10 kcal; Białko ogółem: 75.20 g; Tłuszcz: 74.75 g; Kw. tł. nasy.: 15.09 g; Węglowodany ogółem: 238.09 g; suma cukrów prostych: 36.94 g; Błonnik pokarmowy: 21.65 g; Sód: 1789.23 mg;	Wartość en. [kcal]: 2111.91 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 72.00 g; Kw. tł. nasy.: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 274.37 g; suma cukrów prostych: 89.47 g; Błonnik pokarmowy: 19.82 g; Sód: 1801.03 mg;	Wartość en. [kcal]: 2150.75 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 74.65 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 294.04 g; suma cukrów prostych: 65.99 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g; Sód: 2166.59 mg;	Wartość en. [kcal]: 1883.56 kcal; Białko ogółem: 81.07 g; Tłuszcz: 70.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.18 g; Węglowodany ogółem: 242.34 g; suma cukrów prostych: 44.05 g; Błonnik pokarmowy: 19.18 g; Sód: 1826.64 mg;	

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	2 Wrzodowa	
2026-03-28 sobota	Śniadanie	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata b/c 250 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata b/c 250 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki i otręby pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki i otręby pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica miódowa drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miódowa drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka z sosem vinegret 15 g Herbata (cukier 5g) 250 ml
	II S		Kiwi (100g) 1 szt						Banan (120g) 1 szt		
	Obiad	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Ogórek kiszony plastry 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Ogórek kiszony plastry 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Ogórek kiszony plastry 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Ogórek kiszony plastry 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Surówka z marchwi drobno starta z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU, JAJ, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Cukinia gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml
	P		Kisiel b/c 150 g						Kisiel 150 g		
Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 80 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Kielbasa krakowska sucha 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Kielbasa krakowska sucha 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 30 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml		
	Wartość en. [kcal]: 1985.31 kcal; Białko ogółem: 88.78 g; Tłuszcz: 63.54 g; Kw. tł. nasy.: 30.91 g; Węglowodany ogółem: 276.29 g; suma cukrów prostych: 43.91 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g; Sód: 2502.06 mg;	Wartość en. [kcal]: 1979.18 kcal; Białko ogółem: 86.08 g; Tłuszcz: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 276.29 g; suma cukrów prostych: 53.63 g; Błonnik pokarmowy: 32.53 g; Sód: 2491.44 mg;	Wartość en. [kcal]: 1994.65 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz: 67.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.81 g; Węglowodany ogółem: 275.63 g; suma cukrów prostych: 47.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.56 g; Sód: 2035.41 mg;	Wartość en. [kcal]: 2097.65 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 73.17 g; Kw. tł. nasy.: 32.43 g; Węglowodany ogółem: 283.33 g; suma cukrów prostych: 48.97 g; Błonnik pokarmowy: 21.06 g; Sód: 1985.41 mg;	Wartość en. [kcal]: 2013.05 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz: 67.71 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 275.63 g; suma cukrów prostych: 47.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.56 g; Sód: 2176.41 mg;	Wartość en. [kcal]: 1874.76 kcal; Białko ogółem: 79.94 g; Tłuszcz: 61.38 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 264.28 g; suma cukrów prostych: 33.71 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g; Sód: 2517.64 mg;	Wartość en. [kcal]: 1997.04 kcal; Białko ogółem: 85.66 g; Tłuszcz: 67.33 g; Kw. tł. nasy.: 18.23 g; Węglowodany ogółem: 272.17 g; suma cukrów prostych: 35.54 g; Błonnik pokarmowy: 20.08 g; Sód: 2609.01 mg;	Wartość en. [kcal]: 2175.73 kcal; Białko ogółem: 88.58 g; Tłuszcz: 67.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 310.56 g; suma cukrów prostych: 72.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.47 g; Sód: 2070.40 mg;	Wartość en. [kcal]: 2152.88 kcal; Białko ogółem: 92.76 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nasy.: 30.65 g; Węglowodany ogółem: 311.38 g; suma cukrów prostych: 72.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.77 g; Sód: 2169.05 mg;	Wartość en. [kcal]: 1948.92 kcal; Białko ogółem: 83.31 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 275.63 g; suma cukrów prostych: 42.97 g; Błonnik pokarmowy: 15.68 g; Sód: 1937.20 mg;	

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL. Łatwostrawna	2 Wrzodowa	
2026-03-29 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 80 g Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 80 g Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 80 g Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 80 g Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml
	II S		Jabłko (150g) 1 szt					Jabłko gotowane (150g) 1 szt			
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml				Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Gulasz drobiowy w sosie szpinakowym (mięso 80g, sos 100g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Gulasz drobiowy w sosie szpinakowym (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	
	P		Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)					Jogurt owocowy 150 g			
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pomidor bez skóry 80 g Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miodowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Pomidor 50 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 5g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Herbata (cukier 5g) 250 ml
	Wartość en. [kcal]: 1954.55 kcal; Białko ogółem: 80.02 g; Tłuszcz: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 275.89 g; suma cukrów prostych: 44.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g; Sód: 1863.06 mg;	Wartość en. [kcal]: 1956.50 kcal; Białko ogółem: 78.79 g; Tłuszcz: 71.60 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 269.93 g; suma cukrów prostych: 32.01 g; Błonnik pokarmowy: 40.70 g; Sód: 2016.28 mg;	Wartość en. [kcal]: 2056.76 kcal; Białko ogółem: 81.69 g; Tłuszcz: 71.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.23 g; Węglowodany ogółem: 283.58 g; suma cukrów prostych: 45.67 g; Błonnik pokarmowy: 21.72 g; Sód: 1918.33 mg;	Wartość en. [kcal]: 1990.73 kcal; Białko ogółem: 88.01 g; Tłuszcz: 66.28 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 275.95 g; suma cukrów prostych: 44.04 g; Błonnik pokarmowy: 29.22 g; Sód: 2079.71 mg;	Wartość en. [kcal]: 1896.05 kcal; Białko ogółem: 74.08 g; Tłuszcz: 64.76 g; Kw. tł. nasy.: 8.68 g; Węglowodany ogółem: 271.53 g; suma cukrów prostych: 36.85 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g; Sód: 1886.41 mg;	Wartość en. [kcal]: 2028.55 kcal; Białko ogółem: 83.35 g; Tłuszcz: 70.87 g; Kw. tł. nasy.: 10.44 g; Węglowodany ogółem: 277.84 g; suma cukrów prostych: 37.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.75 g; Sód: 2150.25 mg;	Wartość en. [kcal]: 2131.01 kcal; Białko ogółem: 88.68 g; Tłuszcz: 68.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 304.53 g; suma cukrów prostych: 61.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g; Sód: 2071.02 mg;	Wartość en. [kcal]: 2060.07 kcal; Białko ogółem: 87.90 g; Tłuszcz: 62.00 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 300.94 g; suma cukrów prostych: 61.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.48 g; Sód: 2195.19 mg;	Wartość en. [kcal]: 2080.35 kcal; Białko ogółem: 86.16 g; Tłuszcz: 71.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 284.56 g; suma cukrów prostych: 45.99 g; Błonnik pokarmowy: 22.38 g; Sód: 2006.07 mg;		

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierające gluten,
SKR - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzechy ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne,
ORZ - Orzechy,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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