

		2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna
2026-01-05 poniedziałek	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g (SEL) Pomidor 80 g Herbata b/c 250 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 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) Jajko gotowane 2 [Por] x 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 2 [Por] x 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 2 szt Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml
	II S		Kisiel b/c 150 g						Kisiel 150 g	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogi leniwe 300 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (kafafor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pierogi leniwe 250 g (GLU, MLE) Mus jabłkowy 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml
	P		Kiwi (100g) 1 szt						Banan (120g) 1 szt	
	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 10g) 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	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 80 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 80 g Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml
		Wartość en. [kcal]: 1794.68 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 61.34 g; Kw. tł. nasyc.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 226.08 g; suma cukrów prostych: 76.78 g; Sól: 5.10 g; Błonnik pokarmowy: 23.28 g;	Wartość en. [kcal]: 1855.03 kcal; Białko ogółem: 71.27 g; Tłuszcz: 61.44 g; Kw. tł. nasyc.: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 273.25 g; suma cukrów prostych: 51.32 g; Sól: 5.22 g; Błonnik pokarmowy: 40.23 g;	Wartość en. [kcal]: 1951.79 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 71.21 g; Kw. tł. nasyc.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 238.41 g; suma cukrów prostych: 79.88 g; Sól: 5.07 g; Błonnik pokarmowy: 18.74 g;	Wartość en. [kcal]: 1794.30 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 54.02 g; Kw. tł. nasyc.: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 233.12 g; suma cukrów prostych: 75.49 g; Sól: 5.57 g; Błonnik pokarmowy: 21.14 g;	Wartość en. [kcal]: 2019.76 kcal; Białko ogółem: 118.04 g; Tłuszcz: 72.81 g; Kw. tł. nasyc.: 35.92 g; Węglowodany ogółem: 239.01 g; suma cukrów prostych: 81.78 g; Sól: 6.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.39 g;	Wartość en. [kcal]: 1865.88 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz: 59.80 g; Kw. tł. nasyc.: 11.97 g; Węglowodany ogółem: 266.76 g; suma cukrów prostych: 55.57 g; Sól: 5.12 g; Błonnik pokarmowy: 33.32 g;	Wartość en. [kcal]: 1672.74 kcal; Białko ogółem: 88.75 g; Tłuszcz: 62.22 g; Kw. tł. nasyc.: 14.40 g; Węglowodany ogółem: 200.50 g; suma cukrów prostych: 51.60 g; Sól: 5.29 g; Błonnik pokarmowy: 19.42 g;	Wartość en. [kcal]: 2029.88 kcal; Białko ogółem: 103.13 g; Tłuszcz: 65.49 g; Kw. tł. nasyc.: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 265.65 g; suma cukrów prostych: 103.40 g; Sól: 5.34 g; Błonnik pokarmowy: 22.16 g;	Wartość en. [kcal]: 2058.20 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 59.50 g; Kw. tł. nasyc.: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 276.30 g; suma cukrów prostych: 119.10 g; Sól: 5.04 g; Błonnik pokarmowy: 15.17 g;

		2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	
2026-01-06 wtorek	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) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata b/c 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 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) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 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 Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		
	II ś		Maślanka naturalna 200 ml (MLE)						Jogurt owocowy 150 g		
	Obiad	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 240 g (SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 240 g (SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 240 g (SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 260 g (SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 240 g (SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml			Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 140g, sos 100g) 260 g (SEL) Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	
P		Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i papryki 150 g	Budyń 150 g (MLE)								
Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (2 liście) 20 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 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 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Galaretka drobiowa z warzywami 170 g (SEL) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 250 ml			
		Wartość en. [kcal]: 1957.49 kcal; Białko ogółem: 81.05 g; Tłuszcz: 65.30 g; Kw. tł. nasyc.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 275.88 g; suma cukrów prostych: 58.99 g; Sól: 4.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;	Wartość en. [kcal]: 1770.15 kcal; Białko ogółem: 76.11 g; Tłuszcz: 71.60 g; Kw. tł. nasyc.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 222.14 g; suma cukrów prostych: 31.58 g; Sól: 5.65 g; Błonnik pokarmowy: 33.24 g;	Wartość en. [kcal]: 2061.36 kcal; Białko ogółem: 82.69 g; Tłuszcz: 71.01 g; Kw. tł. nasyc.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 283.77 g; suma cukrów prostych: 60.81 g; Sól: 3.85 g; Błonnik pokarmowy: 20.35 g;	Wartość en. [kcal]: 2038.62 kcal; Białko ogółem: 81.42 g; Tłuszcz: 70.30 g; Kw. tł. nasyc.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 280.27 g; suma cukrów prostych: 59.78 g; Sól: 5.14 g; Błonnik pokarmowy: 19.04 g;	Wartość en. [kcal]: 1977.45 kcal; Białko ogółem: 82.81 g; Tłuszcz: 66.31 g; Kw. tł. nasyc.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 276.92 g; suma cukrów prostych: 59.61 g; Sól: 4.15 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;	Wartość en. [kcal]: 1898.99 kcal; Białko ogółem: 75.11 g; Tłuszcz: 64.26 g; Kw. tł. nasyc.: 12.03 g; Węglowodany ogółem: 271.52 g; suma cukrów prostych: 51.81 g; Sól: 4.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.24 g;	Wartość en. [kcal]: 2013.01 kcal; Białko ogółem: 78.64 g; Tłuszcz: 70.15 g; Kw. tł. nasyc.: 13.70 g; Węglowodany ogółem: 279.70 g; suma cukrów prostych: 53.66 g; Sól: 3.83 g; Błonnik pokarmowy: 22.92 g;	Wartość en. [kcal]: 2231.91 kcal; Białko ogółem: 94.38 g; Tłuszcz: 70.27 g; Kw. tł. nasyc.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 317.38 g; suma cukrów prostych: 85.01 g; Sól: 4.45 g; Błonnik pokarmowy: 22.63 g;	Wartość en. [kcal]: 2251.00 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 71.28 g; Kw. tł. nasyc.: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 318.23 g; suma cukrów prostych: 85.50 g; Sól: 4.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.77 g;	

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna
2026-01-07 środa	Śniadanie	Płatki jaglane 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 Schab pieczony 30 g (SOJ) Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab pieczony 30 g (SOJ) Rzodkiewka 50 g Herbata b/c 250 ml	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab pieczony 30 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki jaglane 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 Schab pieczony 30 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 1 szt Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Schab pieczony 30 g (SOJ)	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab pieczony 30 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
	II ś		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)						Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)
	Obiad	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka jarzynowa z indykiem (mięso 80, sos 150g) 230 g (GLU, MLE, 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	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka jarzynowa z indykiem (mięso 80, sos 150g) 230 g (GLU, MLE, 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	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka jarzynowa z indykiem (mięso 80, sos 150g) 230 g (GLU, MLE, 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		Kisiel b/c 150 g						Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Roszponka 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Roszponka 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		
		Wartość en. [kcal]: 2011.21 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 64.14 g; Kw. tł. nasyc.: 26.92 g; Węglowodany ogółem: 283.32 g; suma cukrów prostych: 59.43 g; Sól: 3.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g;	Wartość en. [kcal]: 1866.31 kcal; Białko ogółem: 84.14 g; Tłuszcz: 65.42 g; Kw. tł. nasyc.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 252.44 g; suma cukrów prostych: 46.27 g; Sól: 3.79 g; Błonnik pokarmowy: 33.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2148.00 kcal; Białko ogółem: 91.49 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kw. tł. nasyc.: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 293.14 g; suma cukrów prostych: 62.97 g; Sól: 3.45 g; Błonnik pokarmowy: 22.01 g;	Wartość en. [kcal]: 2045.00 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasyc.: 28.70 g; Węglowodany ogółem: 285.44 g; suma cukrów prostych: 61.27 g; Sól: 3.72 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g;	Wartość en. [kcal]: 1977.21 kcal; Białko ogółem: 86.71 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kw. tł. nasyc.: 13.78 g; Węglowodany ogółem: 276.34 g; suma cukrów prostych: 49.01 g; Sól: 4.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;	Wartość en. [kcal]: 1937.98 kcal; Białko ogółem: 74.91 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasyc.: 13.02 g; Węglowodany ogółem: 282.13 g; suma cukrów prostych: 50.75 g; Sól: 4.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g;	Wartość en. [kcal]: 2429.40 kcal; Białko ogółem: 120.77 g; Tłuszcz: 76.38 g; Kw. tł. nasyc.: 33.89 g; Węglowodany ogółem: 327.57 g; suma cukrów prostych: 82.92 g; Sól: 4.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g;	

		2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	
2026-01-08 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ser topiony 30 g (<i>MLE</i>) Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Serek kanapkowy 50 g (<i>MLE</i>) Pomidor 80 g Herbata b/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Serek kanapkowy 50 g (<i>MLE</i>) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Zacierka na mleku 350 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Serek kanapkowy 50 g (<i>MLE</i>) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Filet królewski z indyka 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Jajko gotowane 2 [Por] x 1 szt Schab benedyktyński 30 g (<i>SOJ</i>) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Serek kanapkowy 50 g (<i>MLE</i>) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Serek kanapkowy 50 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
	II S		Kisiel b/c 150 g								Kisiel 150 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (<i>SEL</i>) Gołąbek 200 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (<i>SEL</i>) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (<i>SEL</i>) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (<i>SEL</i>) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (<i>GLU, SEL</i>) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Ziemniaki 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (<i>SEL</i>) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Ziemniaki 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka 90 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (<i>SEL</i>) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (<i>GLU, SEL</i>) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Ziemniaki 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (<i>SEL</i>) Udko drobiowe w sosie potrawkowym (mięso 140g, sos 150g) 290 g (<i>GLU, SEL</i>) Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Ziemniaki 200 g	
	P		Kiwi (100g) 1 szt								Banan (120g) 1 szt
Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Pomidor 50 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (<i>SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Wędlina śniadaniowa drobiowa 80 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (<i>SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 80 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Surówka z selera z natką pietruszki 80 g (<i>SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		
	Wartość en. [kcal]: 1626.85 kcal; Białko ogółem: 55.86 g; Tłuszcz: 52.84 g; Kw. tł. nasyc.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 245.28 g; suma cukrów prostych: 61.95 g; Sól: 5.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g;	Wartość en. [kcal]: 1774.30 kcal; Białko ogółem: 68.23 g; Tłuszcz: 65.34 g; Kw. tł. nasyc.: 26.14 g; Węglowodany ogółem: 245.84 g; suma cukrów prostych: 51.25 g; Sól: 5.52 g; Błonnik pokarmowy: 34.02 g;	Wartość en. [kcal]: 2051.22 kcal; Białko ogółem: 80.83 g; Tłuszcz: 79.22 g; Kw. tł. nasyc.: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 265.83 g; suma cukrów prostych: 65.62 g; Sól: 5.65 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g;	Wartość en. [kcal]: 1990.66 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz: 72.85 g; Kw. tł. nasyc.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 265.47 g; suma cukrów prostych: 61.80 g; Sól: 5.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.34 g;	Wartość en. [kcal]: 1968.19 kcal; Białko ogółem: 83.64 g; Tłuszcz: 73.77 g; Kw. tł. nasyc.: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 258.17 g; suma cukrów prostych: 63.96 g; Sól: 6.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2054.66 kcal; Białko ogółem: 77.69 g; Tłuszcz: 67.07 g; Kw. tł. nasyc.: 13.49 g; Węglowodany ogółem: 303.64 g; suma cukrów prostych: 56.97 g; Sól: 6.23 g; Błonnik pokarmowy: 33.54 g;	Wartość en. [kcal]: 1951.27 kcal; Białko ogółem: 90.93 g; Tłuszcz: 68.34 g; Kw. tł. nasyc.: 15.41 g; Węglowodany ogółem: 255.17 g; suma cukrów prostych: 57.05 g; Sól: 5.78 g; Błonnik pokarmowy: 20.98 g;	Wartość en. [kcal]: 2129.30 kcal; Białko ogółem: 82.79 g; Tłuszcz: 73.50 g; Kw. tł. nasyc.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 293.06 g; suma cukrów prostych: 89.14 g; Sól: 5.92 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2016.97 kcal; Białko ogółem: 82.03 g; Tłuszcz: 63.28 g; Kw. tł. nasyc.: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 287.40 g; suma cukrów prostych: 86.43 g; Sól: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 23.19 g;		

	2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna
2026-01-09 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Herbata (cukier 10g) 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	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 120 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasztet z kukinii i kaszy jaglanej 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki pszenne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasztet z kukinii i kaszy jaglanej 120 g (GLU, JAJ) Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 100 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25 g Herbata (cukier 10g) 250 ml
	II ś		Sok wielowarzywny 200 ml					Sok owocowo-warzywny 200 ml	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza smażony 120 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszonej kapusty z olejem 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 80 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 120 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem 300g 2 [Por] x 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml
	P		Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt					Serek homogenizowany owocowy 150 g (MLE)	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Papryka 50 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 40 g (GLU, SOJ, MLE) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka królewiecka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka królewiecka 40 g (GLU, SOJ, MLE) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
	Wartość en. [kcal]: 2185.19 kcal; Białko ogółem: 94.57 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 300.74 g; suma cukrów prostych: 65.70 g; Sól: 5.55 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g;	Wartość en. [kcal]: 1678.97 kcal; Białko ogółem: 76.12 g; Tłuszcz: 51.24 g; Kw. tł. nasy.: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 243.41 g; suma cukrów prostych: 26.66 g; Sól: 6.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.40 g;	Wartość en. [kcal]: 1988.59 kcal; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 55.40 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 294.99 g; suma cukrów prostych: 71.40 g; Sól: 4.20 g; Błonnik pokarmowy: 20.60 g;	Wartość en. [kcal]: 1977.10 kcal; Białko ogółem: 105.52 g; Tłuszcz: 50.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 289.13 g; suma cukrów prostych: 71.25 g; Sól: 4.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g;	Wartość en. [kcal]: 1832.59 kcal; Białko ogółem: 72.22 g; Tłuszcz: 50.55 g; Kw. tł. nasy.: 9.16 g; Węglowodany ogółem: 287.88 g; suma cukrów prostych: 51.56 g; Sól: 4.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;	Wartość en. [kcal]: 2054.64 kcal; Białko ogółem: 87.02 g; Tłuszcz: 59.18 g; Kw. tł. nasy.: 11.62 g; Węglowodany ogółem: 307.56 g; suma cukrów prostych: 57.05 g; Sól: 4.78 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;	Wartość en. [kcal]: 2433.06 kcal; Białko ogółem: 97.61 g; Tłuszcz: 60.78 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 386.34 g; suma cukrów prostych: 179.32 g; Sól: 4.46 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g;	Wartość en. [kcal]: 2355.07 kcal; Białko ogółem: 120.65 g; Tłuszcz: 56.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.50 g; Węglowodany ogółem: 355.06 g; suma cukrów prostych: 116.56 g; Sól: 4.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.90 g;	

		2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna
2026-01-10 sobota	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) Parówkowa 1 szt (SOJ) Ketchup 20 g (SEL) Ogórek kiszony 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówkowa 1 szt (SOJ) Ketchup 20 g (SEL) Ogórek kiszony 100 g 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) Parówkowa 1 szt (SOJ) Ketchup 20 g (SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówkowa 1 szt (SOJ) Ketchup 20 g (SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 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) Parówkowa 1 szt (SOJ) Ketchup 20 g (SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Parówkowa 1 szt (SOJ) Ketchup 20 g (SEL) Ogórek kiszony 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Parówkowa 1 szt (SOJ) Ketchup 20 g (SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówkowa 1 szt (SOJ) Ketchup 20 g (SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
	II ś		Kefir naturalny 200 ml (MLE)						Serek homogenizowany owocowy 150 g (MLE)	
	Obiad	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml						
	P		Wafle ryżowe wieloziarniste 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) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 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	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 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 10g) 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) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml
		Wartość en. [kcal]: 2099.00 kcal; Białko ogółem: 81.06 g; Tłuszcz: 77.81 g; Kw. tł. nasy.: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 284.79 g; suma cukrów prostych: 62.01 g; Sól: 8.72 g; Błonnik pokarmowy: 31.87 g;	Wartość en. [kcal]: 1948.70 kcal; Białko ogółem: 77.98 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 32.66 g; Węglowodany ogółem: 251.38 g; suma cukrów prostych: 31.27 g; Sól: 8.21 g; Błonnik pokarmowy: 35.68 g;	Wartość en. [kcal]: 2102.55 kcal; Białko ogółem: 80.92 g; Tłuszcz: 77.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 286.41 g; suma cukrów prostych: 64.36 g; Sól: 6.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g;	Wartość en. [kcal]: 2205.55 kcal; Białko ogółem: 82.52 g; Tłuszcz: 83.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 294.11 g; suma cukrów prostych: 66.06 g; Sól: 6.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2119.55 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 78.11 g; Kw. tł. nasy.: 32.85 g; Węglowodany ogółem: 286.43 g; suma cukrów prostych: 64.38 g; Sól: 7.30 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g;	Wartość en. [kcal]: 2022.80 kcal; Białko ogółem: 73.77 g; Tłuszcz: 75.81 g; Kw. tł. nasy.: 18.61 g; Węglowodany ogółem: 277.91 g; suma cukrów prostych: 53.39 g; Sól: 8.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.11 g;	Wartość en. [kcal]: 2129.35 kcal; Białko ogółem: 75.23 g; Tłuszcz: 81.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 287.23 g; suma cukrów prostych: 57.44 g; Sól: 6.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.10 g;	Wartość en. [kcal]: 2500.45 kcal; Białko ogółem: 109.55 g; Tłuszcz: 86.53 g; Kw. tł. nasy.: 37.58 g; Węglowodany ogółem: 335.14 g; suma cukrów prostych: 92.46 g; Sól: 7.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;	Wartość en. [kcal]: 2517.45 kcal; Białko ogółem: 113.05 g; Tłuszcz: 86.86 g; Kw. tł. nasy.: 37.68 g; Węglowodany ogółem: 335.16 g; suma cukrów prostych: 92.48 g; Sól: 7.57 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

		2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna
2026-01-11 niedziela	Śniadanie	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, 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) Salata lodowa 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata lodowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, 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) Salata lodowa 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata lodowa 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, 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) Salata lodowa 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata lodowa 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata lodowa 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata lodowa 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata lodowa 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml
	II s		Sok wielowarzywny 200 ml						Sok owocowo-warzywny 200 ml	
	Obiad	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (GLU, SEL) Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (GLU, SEL) Kalafor gotowany na parze 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udziec drobiowy opiekany 140 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (GLU, SEL) Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml			Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udziec drobiowy opiekany 140 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udziec drobiowy opiekany 140 g Kalafor gotowany na parze 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Udziec drobiowy opiekany 140 g Kalafor gotowany na parze 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wielowocowy (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)						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 10g) 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 10g) 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 10g) 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 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, SOJ) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 80 g Miód wielokwiatowy 30 ml Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU, SOJ) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Miód wielokwiatowy 30 ml Herbata (cukier 10g) 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 10g) 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 10g) 250 ml
		Wartość en. [kcal]: 2098.93 kcal; Białko ogółem: 74.77 g; Tłuszcz: 72.41 g; Kw. tł. nasyc.: 35.26 g; Węglowodany ogółem: 302.48 g; suma cukrów prostych: 64.31 g; Sól: 6.03 g; Błonnik pokarmowy: 29.89 g;	Wartość en. [kcal]: 2043.18 kcal; Białko ogółem: 86.35 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasyc.: 34.32 g; Węglowodany ogółem: 285.12 g; suma cukrów prostych: 40.57 g; Sól: 8.24 g; Błonnik pokarmowy: 43.77 g;	Wartość en. [kcal]: 1956.13 kcal; Białko ogółem: 78.48 g; Tłuszcz: 56.72 g; Kw. tł. nasyc.: 26.86 g; Węglowodany ogółem: 297.41 g; suma cukrów prostych: 64.54 g; Sól: 5.18 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g;	Wartość en. [kcal]: 2069.37 kcal; Białko ogółem: 81.77 g; Tłuszcz: 62.74 g; Kw. tł. nasyc.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 305.25 g; suma cukrów prostych: 66.24 g; Sól: 5.14 g; Błonnik pokarmowy: 20.55 g;	Wartość en. [kcal]: 2010.91 kcal; Białko ogółem: 75.63 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasyc.: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 305.07 g; suma cukrów prostych: 66.56 g; Sól: 5.33 g; Błonnik pokarmowy: 29.95 g;	Wartość en. [kcal]: 1956.55 kcal; Białko ogółem: 69.69 g; Tłuszcz: 61.88 g; Kw. tł. nasyc.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 295.93 g; suma cukrów prostych: 54.47 g; Sól: 5.70 g; Błonnik pokarmowy: 28.90 g;	Wartość en. [kcal]: 2095.71 kcal; Białko ogółem: 76.21 g; Tłuszcz: 66.51 g; Kw. tł. nasyc.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 310.77 g; suma cukrów prostych: 65.91 g; Sól: 5.90 g; Błonnik pokarmowy: 22.45 g;	Wartość en. [kcal]: 2346.37 kcal; Białko ogółem: 109.37 g; Tłuszcz: 63.64 g; Kw. tł. nasyc.: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 348.60 g; suma cukrów prostych: 103.19 g; Sól: 5.68 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g;	Wartość en. [kcal]: 2329.87 kcal; Białko ogółem: 110.57 g; Tłuszcz: 63.79 g; Kw. tł. nasyc.: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 343.20 g; suma cukrów prostych: 97.19 g; Sól: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 28.15 g;

		2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna
2026-01-12 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Pomidor 50 g 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) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) 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 10g) 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g (GLU) Kielbasa krakowska sucha 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica sopocka 80 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miódowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml
	II S		Gruszka 150 g						Banan (120g) 1 szt	
	Obiad	Zupa z białych warzyw z zieleciną 400 ml (GLU, SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 80 g (GLU, JAJ, 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	Zupa z białych warzyw z zieleciną 400 ml (GLU, SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 90 g (GLU, JAJ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 400 ml (GLU, SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 90 g (GLU, JAJ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Ziemniaki 200 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) Szynka królewicka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka królewicka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Papryka 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka królewicka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka królewicka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka królewicka 80 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka królewicka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka królewicka 80 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka królewicka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
		Wartość en. [kcal]: 1925.34 kcal; Białko ogółem: 80.47 g; Tłuszcz: 59.45 g; Kw. tł. nasyc.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 281.94 g; suma cukrów prostych: 56.80 g; Sól: 6.01 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;	Wartość en. [kcal]: 1949.21 kcal; Białko ogółem: 86.80 g; Tłuszcz: 63.84 g; Kw. tł. nasyc.: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 275.51 g; suma cukrów prostych: 45.39 g; Sól: 6.31 g; Błonnik pokarmowy: 36.62 g;	Wartość en. [kcal]: 1808.53 kcal; Białko ogółem: 75.18 g; Tłuszcz: 48.15 g; Kw. tł. nasyc.: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 283.61 g; suma cukrów prostych: 57.07 g; Sól: 5.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.71 g;	Wartość en. [kcal]: 1909.18 kcal; Białko ogółem: 76.74 g; Tłuszcz: 53.84 g; Kw. tł. nasyc.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 290.70 g; suma cukrów prostych: 58.43 g; Sól: 5.20 g; Błonnik pokarmowy: 21.02 g;	Wartość en. [kcal]: 1966.20 kcal; Białko ogółem: 86.08 g; Tłuszcz: 61.00 g; Kw. tł. nasyc.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 283.13 g; suma cukrów prostych: 56.67 g; Sól: 6.40 g; Błonnik pokarmowy: 28.52 g;	Wartość en. [kcal]: 1873.72 kcal; Białko ogółem: 75.94 g; Tłuszcz: 59.07 g; Kw. tł. nasyc.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 275.90 g; suma cukrów prostych: 48.08 g; Sól: 5.99 g; Błonnik pokarmowy: 29.83 g;	Wartość en. [kcal]: 1912.44 kcal; Białko ogółem: 80.85 g; Tłuszcz: 55.63 g; Kw. tł. nasyc.: 13.23 g; Węglowodany ogółem: 284.82 g; suma cukrów prostych: 49.99 g; Sól: 5.73 g; Błonnik pokarmowy: 22.42 g;	Wartość en. [kcal]: 2040.26 kcal; Białko ogółem: 84.23 g; Tłuszcz: 50.37 g; Kw. tł. nasyc.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 320.61 g; suma cukrów prostych: 82.03 g; Sól: 5.64 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g;	Wartość en. [kcal]: 2177.62 kcal; Białko ogółem: 91.47 g; Tłuszcz: 62.45 g; Kw. tł. nasyc.: 30.00 g; Węglowodany ogółem: 320.55 g; suma cukrów prostych: 81.96 g; Sól: 6.24 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g;

		2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna
2026-01-13 wtorek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Papryka 50 g Herbata b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 80 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 80 g Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 80 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
	II ś		Jabłko (150g) 1 szt						Jabłko gotowane (150g) 1 szt	
	Obiad	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g 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) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml						Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy w sosie szpinakowym (mięso 80g, sos 100g) 70 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 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 sałatą (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) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata (cukier 10g) 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) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miodowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
		Wartość en. [kcal]: 1938.43 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz: 64.31 g; Kw. tł. nasyc.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 273.41 g; suma cukrów prostych: 61.51 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 30.02 g;	Wartość en. [kcal]: 1905.22 kcal; Białko ogółem: 80.84 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kw. tł. nasyc.: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 250.24 g; suma cukrów prostych: 32.63 g; Sól: 7.25 g; Błonnik pokarmowy: 40.31 g;	Wartość en. [kcal]: 2040.63 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 69.91 g; Kw. tł. nasyc.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 281.11 g; suma cukrów prostych: 63.15 g; Sól: 5.82 g; Błonnik pokarmowy: 22.49 g;	Wartość en. [kcal]: 1974.60 kcal; Białko ogółem: 90.28 g; Tłuszcz: 64.79 g; Kw. tł. nasyc.: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 273.47 g; suma cukrów prostych: 61.51 g; Sól: 6.88 g; Błonnik pokarmowy: 29.99 g;	Wartość en. [kcal]: 1879.93 kcal; Białko ogółem: 76.35 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasyc.: 12.54 g; Węglowodany ogółem: 269.05 g; suma cukrów prostych: 54.33 g; Sól: 6.04 g; Błonnik pokarmowy: 32.47 g;	Wartość en. [kcal]: 2019.89 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 69.54 g; Kw. tł. nasyc.: 14.32 g; Węglowodany ogółem: 276.81 g; suma cukrów prostych: 56.09 g; Sól: 6.57 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2114.88 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz: 66.60 g; Kw. tł. nasyc.: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 302.05 g; suma cukrów prostych: 79.22 g; Sól: 6.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g;	Wartość en. [kcal]: 1992.01 kcal; Białko ogółem: 85.33 g; Tłuszcz: 56.71 g; Kw. tł. nasyc.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 299.00 g; suma cukrów prostych: 78.77 g; Sól: 7.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;	

		2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowia Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna
2026-01-14 środa	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) Schab benedyktyński 60 g (SOJ) Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Rzodkiewka 50 g Herbata b/c 250 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 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) Schab pieczony 80 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Schab pieczony 60 g (SOJ) Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Schab pieczony 80 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 80 g (SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
	II ś		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)						Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)	
	Obiad	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Surówka z selera z natką pietruszki 130 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 240 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Surówka z selera z natką pietruszki 130 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Surówka z selera z natką pietruszki 130 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml					Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalafior, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	
	P		Kisiel b/c 150 g						Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	
	Kolacja	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 10g) 250 ml	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	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Salata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
		Wartość en. [kcal]: 2098.68 kcal; Białko ogółem: 103.31 g; Tłuszcz: 63.43 g; Kw. tł. nasy.: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 293.64 g; suma cukrów prostych: 59.82 g; Sól: 5.22 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 g;	Wartość en. [kcal]: 1916.15 kcal; Białko ogółem: 99.51 g; Tłuszcz: 59.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 257.18 g; suma cukrów prostych: 44.98 g; Sól: 4.87 g; Błonnik pokarmowy: 33.22 g;	Wartość en. [kcal]: 2211.67 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 303.31 g; suma cukrów prostych: 63.29 g; Sól: 4.96 g; Błonnik pokarmowy: 24.14 g;	Wartość en. [kcal]: 2175.09 kcal; Białko ogółem: 115.72 g; Tłuszcz: 65.49 g; Kw. tł. nasy.: 31.28 g; Węglowodany ogółem: 295.79 g; suma cukrów prostych: 61.59 g; Sól: 5.58 g; Błonnik pokarmowy: 31.64 g;	Wartość en. [kcal]: 2068.45 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz: 62.01 g; Kw. tł. nasy.: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 292.29 g; suma cukrów prostych: 49.96 g; Sól: 4.74 g; Błonnik pokarmowy: 25.20 g;	Wartość en. [kcal]: 2144.86 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 64.07 g; Kw. tł. nasy.: 17.28 g; Węglowodany ogółem: 292.29 g; suma cukrów prostych: 51.73 g; Sól: 5.10 g; Błonnik pokarmowy: 25.35 g;	Wartość en. [kcal]: 2493.07 kcal; Białko ogółem: 134.61 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 35.68 g; Węglowodany ogółem: 337.74 g; suma cukrów prostych: 83.24 g; Sól: 5.51 g; Błonnik pokarmowy: 26.54 g;	Wartość en. [kcal]: 2524.16 kcal; Białko ogółem: 147.36 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasy.: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 341.38 g; suma cukrów prostych: 83.13 g; Sól: 5.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.53 g;	

		2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	
2026-01-15 czwartek	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) Parówka drobiowa 1 szt (GLU) Ketchup 20 g (SEL) Ogórek kiszony 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 1 szt (GLU) Ketchup 20 g (SEL) Ogórek kiszony 50 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) Parówka drobiowa 1 szt (GLU) Ketchup 20 g (SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 1 szt (GLU) Ketchup 20 g (SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 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) Parówka drobiowa 1 szt (GLU) Ketchup 20 g (SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 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 Parówka drobiowa 1 szt (GLU) Ketchup 20 g (SEL) Ogórek kiszony 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Parówka drobiowa 1 szt (GLU) Ketchup 20 g (SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Parówka drobiowa 1 szt (GLU) Ketchup 20 g (SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		
	II ś		Kefir naturalny 200 ml (MLE)						Serek homogenizowany owocowy 150 g (MLE)		
	Obiad	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml							
	P		Wafle ryżowe wieloziarniste 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) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Herbata (cukier 10g) 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	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 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 10g) 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) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 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 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 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 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
	Wartość en. [kcal]: 1935.59 kcal; Białko ogółem: 73.87 g; Tłuszcz: 65.93 g; Kw. tł. nasyc.: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 274.31 g; suma cukrów prostych: 56.15 g; Sól: 6.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;	Wartość en. [kcal]: 1790.39 kcal; Białko ogółem: 69.83 g; Tłuszcz: 66.56 g; Kw. tł. nasyc.: 28.92 g; Węglowodany ogółem: 243.42 g; suma cukrów prostych: 25.71 g; Sól: 6.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.08 g;	Wartość en. [kcal]: 1945.14 kcal; Białko ogółem: 74.22 g; Tłuszcz: 65.95 g; Kw. tł. nasyc.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 276.88 g; suma cukrów prostych: 58.51 g; Sól: 6.00 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g;	Wartość en. [kcal]: 2048.14 kcal; Białko ogółem: 75.82 g; Tłuszcz: 71.65 g; Kw. tł. nasyc.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 284.58 g; suma cukrów prostych: 60.21 g; Sól: 5.73 g; Błonnik pokarmowy: 18.63 g;	Wartość en. [kcal]: 1962.14 kcal; Białko ogółem: 77.72 g; Tłuszcz: 66.28 g; Kw. tł. nasyc.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 276.90 g; suma cukrów prostych: 58.53 g; Sól: 6.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g;	Wartość en. [kcal]: 1877.09 kcal; Białko ogółem: 67.93 g; Tłuszcz: 64.89 g; Kw. tł. nasyc.: 14.90 g; Węglowodany ogółem: 269.95 g; suma cukrów prostych: 48.97 g; Sól: 6.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.84 g;	Wartość en. [kcal]: 1989.64 kcal; Białko ogółem: 69.88 g; Tłuszcz: 70.61 g; Kw. tł. nasyc.: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 280.22 g; suma cukrów prostych: 53.03 g; Sól: 5.70 g; Błonnik pokarmowy: 21.08 g;	Wartość en. [kcal]: 2343.04 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 74.70 g; Kw. tł. nasyc.: 33.68 g; Węglowodany ogółem: 325.63 g; suma cukrów prostych: 86.61 g; Sól: 6.26 g; Błonnik pokarmowy: 21.18 g;	Wartość en. [kcal]: 2360.04 kcal; Białko ogółem: 106.35 g; Tłuszcz: 75.03 g; Kw. tł. nasyc.: 33.78 g; Węglowodany ogółem: 325.63 g; suma cukrów prostych: 86.63 g; Sól: 6.57 g; Błonnik pokarmowy: 21.18 g;		

		2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna
2026-01-16 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) Pomidor 40 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Pomidor 40 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) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Pomidor bez skóry 40 g Herbata (cukier 10g) 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) Pomidor bez skóry 40 g Herbata (cukier 10g) 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 białek jaj z koperkiem 80 g (JAJ) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Pomidor 40 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Pomidor 40 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Herbata (cukier 10g) 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 Herbata (cukier 10g) 250 ml	
	II ś		Jabłko (150g) 1 szt						Jabłko gotowane (150g) 1 szt	
	Obiad	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza smażony 120 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Mandarynka 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Mandarynka 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml			Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Puree bananowe 60 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Pierogi leniwe z masłem i bułką 250 g (GLU, MLE) Banan (120g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Naleśniki z serem 300g 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Banan (120g) 1 szt Kompot wieloowocowy (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 10g) 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 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 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 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Masło roślinne 15 g Hummus 80 g Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica miodowa drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
		Wartość en. [kcal]: 2151.63 kcal; Białko ogółem: 76.01 g; Tłuszcz: 93.32 g; Kw. tł. nasyc.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 265.79 g; suma cukrów prostych: 64.30 g; Sól: 5.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g;	Wartość en. [kcal]: 1681.05 kcal; Białko ogółem: 65.29 g; Tłuszcz: 58.67 g; Kw. tł. nasyc.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 241.33 g; suma cukrów prostych: 57.63 g; Sól: 3.98 g; Błonnik pokarmowy: 36.60 g;	Wartość en. [kcal]: 1869.10 kcal; Białko ogółem: 74.15 g; Tłuszcz: 61.93 g; Kw. tł. nasyc.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 262.56 g; suma cukrów prostych: 77.47 g; Sól: 4.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.65 g;	Wartość en. [kcal]: 1994.50 kcal; Białko ogółem: 77.75 g; Tłuszcz: 69.18 g; Kw. tł. nasyc.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 270.36 g; suma cukrów prostych: 79.17 g; Sól: 3.84 g; Błonnik pokarmowy: 19.15 g;	Wartość en. [kcal]: 1891.07 kcal; Białko ogółem: 76.12 g; Tłuszcz: 63.47 g; Kw. tł. nasyc.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 262.56 g; suma cukrów prostych: 77.41 g; Sól: 4.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;	Wartość en. [kcal]: 1958.16 kcal; Białko ogółem: 59.11 g; Tłuszcz: 69.59 g; Kw. tł. nasyc.: 12.41 g; Węglowodany ogółem: 283.16 g; suma cukrów prostych: 65.99 g; Sól: 4.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.49 g;	Wartość en. [kcal]: 1833.48 kcal; Białko ogółem: 70.33 g; Tłuszcz: 56.52 g; Kw. tł. nasyc.: 12.74 g; Węglowodany ogółem: 267.49 g; suma cukrów prostych: 60.33 g; Sól: 4.72 g; Błonnik pokarmowy: 14.50 g;	Wartość en. [kcal]: 2075.18 kcal; Białko ogółem: 93.20 g; Tłuszcz: 64.82 g; Kw. tł. nasyc.: 33.45 g; Węglowodany ogółem: 285.17 g; suma cukrów prostych: 126.28 g; Sól: 3.72 g; Błonnik pokarmowy: 16.61 g;	Wartość en. [kcal]: 2076.58 kcal; Białko ogółem: 61.86 g; Tłuszcz: 56.73 g; Kw. tł. nasyc.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 334.41 g; suma cukrów prostych: 167.07 g; Sól: 3.58 g; Błonnik pokarmowy: 18.68 g;

		2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	
2026-01-17 sobota	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) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (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) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 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) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 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 Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Bułka wrocławska 130 g (GLU)	
	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 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuły gotowane 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml							
	P		Jabłko (150g) 1 szt	Jabłko gotowane (150g) 1 szt							
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 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) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Ogórek świeży bez skóry 50 g Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bez skóry 80 g Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 120 g (MLE) Pomidor bez skóry 80 g Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży bez skóry 50 g Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 80 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Ogórek świeży bez skóry 50 g Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 120 g (MLE) Pomidor bez skóry 80 g Dżem truskawkowy niskosłodzony 30 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
		Wartość en. [kcal]: 2192.29 kcal; Białko ogółem: 93.64 g; Tłuszcz: 71.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; suma cukrów prostych: 72.80 g; Sól: 4.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.43 g;	Wartość en. [kcal]: 2140.44 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 75.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 286.94 g; suma cukrów prostych: 49.78 g; Sól: 4.34 g; Błonnik pokarmowy: 37.08 g;	Wartość en. [kcal]: 2193.20 kcal; Białko ogółem: 93.69 g; Tłuszcz: 71.44 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 308.96 g; suma cukrów prostych: 72.89 g; Sól: 4.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.46 g;	Wartość en. [kcal]: 2306.29 kcal; Białko ogółem: 95.75 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 318.89 g; suma cukrów prostych: 76.33 g; Sól: 3.83 g; Błonnik pokarmowy: 22.77 g;	Wartość en. [kcal]: 2225.49 kcal; Białko ogółem: 98.14 g; Tłuszcz: 71.78 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 312.25 g; suma cukrów prostych: 75.48 g; Sól: 4.15 g; Błonnik pokarmowy: 30.27 g;	Wartość en. [kcal]: 2017.09 kcal; Białko ogółem: 78.73 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kw. tł. nasy.: 12.89 g; Węglowodany ogółem: 282.45 g; suma cukrów prostych: 61.25 g; Sól: 4.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2109.28 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kw. tł. nasy.: 14.85 g; Węglowodany ogółem: 282.45 g; suma cukrów prostych: 53.59 g; Sól: 4.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.02 g;	Wartość en. [kcal]: 2370.45 kcal; Białko ogółem: 102.28 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 337.61 g; suma cukrów prostych: 90.67 g; Sól: 4.27 g; Błonnik pokarmowy: 26.40 g;	Wartość en. [kcal]: 2784.94 kcal; Białko ogółem: 117.12 g; Tłuszcz: 79.89 g; Kw. tł. nasy.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 414.48 g; suma cukrów prostych: 95.72 g; Sól: 5.63 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g;	

		2 Podstawowa	2 Cukrzycowa	2 Lekkostrawna	2 Wątrobowa Trzustkowa	2 Wysokobiałkowa	2 Bezmleczna	2 Płynna bezmleczna wysokobiałkowa	2 Pediatria Lekkostrawna	2 ZOL Łatwostrawna	
2026-01-18 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 jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salatka jarzynowa z jajkiem 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 jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 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 jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 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 60 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 80 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 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 jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 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 jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata (cukier 10g) 250 ml	
	II ś		Jabłko (150g) 1 szt						Jabłko gotowane (150g) 1 szt		
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy panierowany 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml			Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) 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 Salata z jogurtem 80 g (MLE) 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 10g) 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) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 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) Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 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 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka miodowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 80 g (SOJ, SEL) Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	
		Wartość en. [kcal]: 1973.92 kcal; Białko ogółem: 81.61 g; Tłuszcz: 65.16 g; Kw. tł. nasyc.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 278.41 g; suma cukrów prostych: 54.72 g; Sól: 6.18 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;	Wartość en. [kcal]: 1796.60 kcal; Białko ogółem: 74.91 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasyc.: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 251.05 g; suma cukrów prostych: 27.89 g; Sól: 8.85 g; Błonnik pokarmowy: 36.39 g;	Wartość en. [kcal]: 1950.58 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 62.69 g; Kw. tł. nasyc.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 278.34 g; suma cukrów prostych: 55.62 g; Sól: 7.40 g; Błonnik pokarmowy: 17.02 g;		Wartość en. [kcal]: 1884.00 kcal; Białko ogółem: 83.81 g; Tłuszcz: 57.57 g; Kw. tł. nasyc.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 270.59 g; suma cukrów prostych: 53.90 g; Sól: 8.46 g; Błonnik pokarmowy: 24.48 g;	Wartość en. [kcal]: 1892.38 kcal; Białko ogółem: 70.20 g; Tłuszcz: 66.11 g; Kw. tł. nasyc.: 8.70 g; Węglowodany ogółem: 269.20 g; suma cukrów prostych: 47.74 g; Sól: 7.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g;	Wartość en. [kcal]: 1928.50 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 62.23 g; Kw. tł. nasyc.: 9.78 g; Węglowodany ogółem: 273.93 g; suma cukrów prostych: 48.42 g; Sól: 8.16 g; Błonnik pokarmowy: 19.43 g;	Wartość en. [kcal]: 2024.28 kcal; Białko ogółem: 84.49 g; Tłuszcz: 59.38 g; Kw. tł. nasyc.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 299.17 g; suma cukrów prostych: 71.61 g; Sól: 7.84 g; Błonnik pokarmowy: 21.42 g;	Wartość en. [kcal]: 2055.35 kcal; Białko ogółem: 85.05 g; Tłuszcz: 61.52 g; Kw. tł. nasyc.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 301.92 g; suma cukrów prostych: 72.22 g; Sól: 7.71 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g;	

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,
Sól - Sól,
Kw. tł. nasyc. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pokarmowy - Błonnik pokarmowy,
suma cukrów prostych - suma cukrów prostych,