

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-02 środa	Sz.Czem. podstawowa	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Papryka 130 g Parówki 2 szt		Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml (BIA, JAJ) Kotlet z piersi kurczaka pieczony 110 g (GLU) Ziemniaki gotowane 180 g Cwikła z chrzanem 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) tw aróg (ser biały) 60 g (BIA)	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 538,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 117,7 <b>Tłuszcz [g]</b> 100 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 316,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 52,3 <b>Sól [g]</b> 5,2
	Sz.Czem. łatwostrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g Parówki 2 szt		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka got. 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietyczna 130 g (SEL)	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) tw aróg (ser biały) 60 g (BIA)	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 665 <b>Białko ogółem [g]</b> 148 <b>Tłuszcz [g]</b> 100,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 307,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 38,4 <b>Sól [g]</b> 4,6
	Sz.Czem. bezmleczna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Parówki 2 szt Pomidor bs 130 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka got. 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietyczna 130 g (SEL)	Sok pomidorowy 200 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 132,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 124,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 77,3 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 249,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 37,7 <b>Sól [g]</b> 4
	Sz.Czem. bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) Pomidor bs 130 g tw aróg (ser biały) 110 g (BIA) Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka got. 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa dietyczna 130 g (SEL)	tw aróg (ser biały) 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 793,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 157,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 85,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 365,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 42,8 <b>Sól [g]</b> 3,6

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-02 środa	Sz.Czem. wątrbowa	Bułka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 250 g ( <b>BIA, GLU</b> ) Twaróg chudy 110 g ( <b>BIA</b> ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Kotlet warzywny 110 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> )	Bułka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g ( <b>SEL</b> ) szynka wiejska 60 g ( <b>MIE</b> )	tw aróg (ser biały) 60 g ( <b>BIA</b> ) Pieczywo pszenne 30 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 451,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 107,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 45,1 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 431,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 56,5 <b>Sól</b> [g] 6,2
	Sz.Czem. trzustkowa	Bułka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 250 g ( <b>BIA, GLU</b> ) Twaróg chudy 110 g ( <b>BIA</b> ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Kotlet warzywny 110 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> )	Bułka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g ( <b>SEL</b> ) szynka wiejska 40 g ( <b>MIE</b> )	tw aróg (ser biały) 60 g ( <b>BIA</b> ) Pieczywo pszenne 30 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 2 387,4 <b>Białko</b> ogółem [g] 99,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 41,6 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 431,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 56,5 <b>Sól</b> [g] 5,5
	Sz.Czem. papkowata	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>BIA</b> ) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml ( <b>BIA</b> ) Kasza jęczmienna na mleku 250 g ( <b>BIA, GLU</b> ) tw aróg (ser biały) 110 g ( <b>BIA</b> ) Pomidor bs rozdrobniony 130 g Miód naturalny 25 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) pierś z kurczaka rozdrobniona 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>BIA</b> ) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jajko gotowane rozdrobnione 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałatka jarzynowa 130 g ( <b>JAJ, SEL</b> )	Twarożek 60 g ( <b>BIA</b> ) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] [kcal] 3 181,1 <b>Białko</b> ogółem [g] 172,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 95 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 428,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 46,9 <b>Sól</b> [g] 4,8

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czern. - przeciętana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> )		Zupa kasza manna na wyważe warzywnym z ziem. wzmocniona 500 ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml ( <b>BIA, SEL</b> ) herbata z cytryną b/c 250 ml	Koktajl mleczno owocowy 200 ml ( <b>BIA</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 902,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 84,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 86,6 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 209,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 25,6 <b>Sól</b> [g] 2,1
Sz.Czern. wegetariańska	Pieczywo pszenne 60 g ( <b>GLU</b> ) pieczywo żytnie 40 g ( <b>ZYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml ( <b>BIA</b> ) Kasza jęczmienna na mleku 250 g ( <b>BIA, GLU</b> ) Twaróg z koperkiem 110 g ( <b>BIA</b> ) Papryka 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wyważe warzywnym z ziem. 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Kotlet warzywny 110 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Cwikła z chrzanem 150 g	Pieczywo pszenne 60 g ( <b>GLU</b> ) pieczywo żytnie 40 g ( <b>ZYT</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałatka jarzynowa 130 g ( <b>JAJ, SEL</b> )	tw aróg (ser biały) 60 g ( <b>BIA</b> ) Pieczywo pszenne 30 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 546,3 <b>Białko</b> ogółem [g] 111,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 80,2 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 380,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 69,8 <b>Sól</b> [g] 4,7
Sz.Czern. bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzywny 250 ml Płatki jaglane na mleku 250 ml ( <b>BIA</b> ) Twaróg z koperkiem 110 g ( <b>BIA</b> ) Pomidor bs 130 g		Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml ( <b>BIA, JAJ</b> ) Pierś z kurczaka got. 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Cwikła z chrzanem 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałatka jarzynowa 130 g ( <b>JAJ, SEL</b> )	tw aróg (ser biały) 60 g ( <b>BIA</b> ) Pieczywo bezglutenowe 30 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 464,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 140,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 127,2 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 212,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 43,9 <b>Sól</b> [g] 2,2
Sz.Czern. bezsołna	Bułka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml ( <b>BIA</b> ) Kasza jęczmienna na mleku 250 g ( <b>BIA, GLU</b> ) tw aróg (ser biały) 110 g ( <b>BIA</b> ) Papryka 130 g Miód naturalny 25 g		Zupa kasza manna na wyważe warzywnym z ziem. 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Pierś z kurczaka got. 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałatka jarzynowa 130 g ( <b>JAJ, SEL</b> )	tw aróg (ser biały) 60 g ( <b>BIA</b> ) Bułka wrocławska 30 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 3 174,8 <b>Białko</b> ogółem [g] 169,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 94,5 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 431,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 48,2 <b>Sól</b> [g] 4,7

2025-04-02 środa

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-02 środa	Sz.Czem. niskobiałkowa	Bulka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta wielowarzywna 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa kartoflanka 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Kotlet warzywny 110 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 250 ml Buraczki 120 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki gotowane 150 g	Bulka wrocławska 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 60 g Pomidor bs 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 1 716,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 42,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 50,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 299,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 51,8 <b>Sól [g]</b> 3,2
	Sz.Czem. wrzodowa	Bulka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kasza jęczmienna na mleku 250 g ( <b>BIA, GLU</b> ) Twaróg chudy 110 g ( <b>BIA</b> ) Kawa zbożowa na mleku 250 ml ( <b>BIA</b> ) Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	Pierś z kurczaka got. 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> )	Bulka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g ( <b>MIĘ</b> ) Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g ( <b>SEL</b> )	tw aróg (ser biały) 60 g ( <b>BIA</b> ) Pieczywo pszenne 30 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 3 011 <b>Białko ogółem [g]</b> 171,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,1 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 413,8 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 42,4 <b>Sól [g]</b> 5,8
	Sz.Czem. wegalska	Bulka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> ) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Humus 60 g Papryka 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kotlet warzywny 110 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 250 ml Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Cwikła z chrzanem 150 g Ziemniaki gotowane 180 g	Bulka wrocławska 100 g ( <b>GLU</b> ) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Sałatka jarzynowa dietetyczna 130 g ( <b>SEL</b> )	Mandarynka 150 g	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 151,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 74,9 <b>Tłuszcz [g]</b> 50,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 383,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 67,8 <b>Sól [g]</b> 3,8
	Sz.Czem. bogatobiałkowa	pieczywo żytnie 100 g ( <b>ZYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml ( <b>BIA</b> ) Kasza jęczmienna na mleku 250 g ( <b>BIA, GLU</b> ) Papryka 130 g Twaróg z koperkiem 110 g ( <b>BIA</b> )		Żurek z ziemniakami i jajkiem 350 ml ( <b>BIA, JAJ</b> ) Pierś z kurczaka got. 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g ( <b>ZYT</b> ) Masło extra 82% 15g ( <b>BIA</b> ) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Sałatka jarzynowa 130 g ( <b>JAJ, SEL</b> )	pieczywo żytnie 30 g ( <b>ZYT</b> ) tw aróg (ser biały) 60 g ( <b>BIA</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal]</b> 2 855,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 163 <b>Tłuszcz [g]</b> 91,5 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 372,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 63,7 <b>Sól [g]</b> 5,2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-02 środa	Sz. Czern. ubogoenergetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Kasza jęczmienna na wodzie 250 g (GLU) Twaróg chudy 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa kartoflanka 300 ml (GLU, SEL) Kotlet warzywny 110 g (GLU) Ziemniaki gotowane 150 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 40 g (MIE) Pomidor bs 130 g	Koktajl mleczno owocowy 200 ml (BIA)	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 546,1 <b>Białko ogółem</b> [g] 69,2 <b>Tłuszcz</b> [g] 24,5 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 284,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 45,7 <b>Sól</b> [g] 3,8
	Sz. Czern. papkowata b/m	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Herbata 250 ml parówki rozdrobnione 2 szt Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) pierś z kurczaka rozdrobniona 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jajko gotowane rozdrobnione 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa diety cz na 130 g (SEL)	Sok pomidorowy 200 ml	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 597,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 131,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 84,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 342,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 38,7 <b>Sól</b> [g] 4,7
	Sz. Czern. papkowata bogatobiałkowa	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku 250 ml (BIA) Kasza jęczmienna na mleku 250 g (BIA, GLU) twaróg (ser biały) 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g Miód naturalny 25 g	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 350 ml (GLU, SEL) pierś z kurczaka rozdrobniona 110 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki 150 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml jajko gotowane rozdrobnione 1 szt (JAJ) Sałatka jarzynowa 130 g (JAJ, SEL)	Twarożek 60 g (BIA) Bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 3 200,1 <b>Białko ogółem</b> [g] 173,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 95,2 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 432,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 48,1 <b>Sól</b> [g] 4,8
	Sz. Czern. przederana b/m	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. wzmocniona 500 ml (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok pomidorowy 200 ml	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 679 <b>Białko ogółem</b> [g] 67,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 70,3 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 203,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 32,1 <b>Sól</b> [g] 1,7

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-02 środa	Sz.Czem. przećcierana bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> )	Sok pomidorowy 200 ml	Zupa kasza manna na wywarze warzywnym z ziem. 500 ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa 500 ml ( <b>BIA, SEL</b> ) herbata z cytryną b/c 250 ml	Koktajl mleczno owocowy 200 ml ( <b>BIA</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] 1 921,8</b> <b>Białko ogółem [g] 85,4</b> <b>Tłuszcz [g] 86,8</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 213,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 26,8</b> <b>Sól [g] 2,1</b>