

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-06 niedziela	Sz.Czem. podstawowa	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Papryka 130 g Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ)		Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 350 ml (BIA, SEL) Bitka w ieporzowa 110 g (MIĘ) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka z selera, marchwii i jabłka 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	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 Pasta z ciecierzycy 110 g Sałatka z ogórkiem kiszony m 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 432,5 Białko ogółem [g] 129,8 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 340,2 Błonnik pokarmowy [g] 69,2 Sól [g] 3,6
	Sz.Czem. łatwastrawna	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ)		Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 350 ml (BIA, SEL) Bitka w ieporzowa 110 g (MIĘ) kasza jaglana gotowana 180 g Surówka z selera, marchwii i jabłka 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pasta warzywna 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 339,8 Białko ogółem [g] 133 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 309,6 Błonnik pokarmowy [g] 59,5 Sól [g] 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 Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ) Pomidor bs 130 g		Barszcz ukraiński z fasolką szparagową b/ml 350 ml (SEL) Bitka w ieporzowa 110 g (MIĘ) kasza jaglana gotowana 180 g Szpinak duszony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pasta warzywna 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 913 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 55,6 Węglowodany ogółem [g] 265 Błonnik pokarmowy [g] 45,7 Sól [g] 5,2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-06 niedziela	Sz.Czem. bogatobiałkowa	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pomidor bs 130 g Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ)	Serek wiejski 150 g (BIA)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 350 ml (BIA, SEL) Bitka w ieprzowa 110 g (MIĘ) kasza jaglana gotowana 180 g Szpinak duszony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIĘ) Pasta warzywna 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 322,9 Białko ogółem [g] 137,9 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 286,6 Błonnik pokarmowy [g] 50,9 Sól [g] 6,4
	Sz.Czem. wętrobowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (BIA) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Schab gotowany 110 g (MIĘ) kasza jaglana gotowana 180 g Szpinak duszony 150 g Kompot owocowy 250 ml Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 350 ml (BIA, SEL) Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta warzywna 130 g Polędwica sopocka 60 g (MIĘ)	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 286,3 Białko ogółem [g] 143,6 Tłuszcz [g] 47,5 Węglowodany ogółem [g] 336,2 Błonnik pokarmowy [g] 47,1 Sól [g] 6,1
	Sz.Czem. tziustkowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (BIA) Wędzonka krotoszyńska 40 g (MIĘ) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Kotlet warzywny 120 g (GLU) kasza jaglana gotowana 180 g Szpinak duszony 150 g Kompot owocowy 250 ml Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 300 ml (BIA, SEL) Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta warzywna 130 g Polędwica sopocka 40 g (MIĘ) Pasta warzywna 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 295,7 Białko ogółem [g] 96,8 Tłuszcz [g] 39,3 Węglowodany ogółem [g] 419,6 Błonnik pokarmowy [g] 80 Sól [g] 6,5

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-06 niedziela	Sz.Czem. papkowata	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIE) Pomidor rozdrobniony 130 g		Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 350 ml (BIA, SEL) bitka wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIE) kasza jaglana gotowana 180 g szpinak duszony zmiksowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml poledwica soppcka mielona 60 g (MIE) Pasta warzywna 130 g	Twarożek 60 g (BIA) Bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 725,6 Białko ogółem [g] 147,5 Tłuszcz [g] 85,1 Węglowodany ogółem [g] 368,5 Błonnik pokarmowy [g] 56,5 Sól [g] 6,5
	Sz.Czem. pizcederana	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		Barszcz ukraiński z fasolką szparagową wzmocniony 500 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 735,4 Białko ogółem [g] 70,5 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 219,5 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 Sól [g] 2,1
	Sz.Czem. wegetariańska	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Pasta warzywna 110 g Papryka 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 350 ml (BIA, SEL) Kotlet jajeczny 100 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka z selera, marchwii i jabłka 150 g (GLU, SEL) Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ZYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Wędlina w ege 60 g Sałatka z ogórkiem kiszony m 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 525,7 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 374 Błonnik pokarmowy [g] 81,6 Sól [g] 7
	Sz.Czem. bezglutenowa	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wielowarzywny 250 ml Jogurt naturalny 150 g (BIA) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIE) Pomidor bs 130 g		Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 350 ml (BIA, SEL) Bitka w wieprzowa 110 g (MIE) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka z selera i jabłka b/g 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z ciecierzycy 110 g Sałatka z ogórkiem kiszony m 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 362,7 Białko ogółem [g] 112 Tłuszcz [g] 117 Węglowodany ogółem [g] 242,3 Błonnik pokarmowy [g] 52 Sól [g] 1,8

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-06 niedziela	Sz.Czem. bezsolna	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIE) Papryka 130 g		Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 350 ml (BIA, SEL) Bitka w ieprzowa 110 g (MIE) Kasza gryczana gotowana 180 g Szpinak duszony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z ciecierzycy 110 g Pasta warzywna 130 g	Ser biały 60 g (BIA) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 811,6 Białko ogółem [g] 143,3 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 400,1 Błonnik pokarmowy [g] 69,1 Sól [g] 4,2
	Sz.Czem. niskobiałkowa	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z marchewki 110 g Pomidor bs 130 g		Barszcz ukraiński z ziemniakami b/ml 300 ml (SEL) Kotlet warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Szpinak duszony 120 g kasza jaglana gotowana 120 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta warzywna 60 g Pomidor bs 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 627,1 Białko ogółem [g] 41,6 Tłuszcz [g] 51,1 Węglowodany ogółem [g] 275,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,4 Sól [g] 3,4
	Sz.Czem. wzdobowa	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (BIA) Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIE) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Bitka w ieprzowa 110 g (MIE) kasza jaglana gotowana 180 g Szpinak duszony 150 g Kompot owocowy 250 ml Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 350 ml (BIA, SEL) Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 60 g (MIE) Pasta warzywna 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 687,1 Białko ogółem [g] 146,1 Tłuszcz [g] 87,4 Węglowodany ogółem [g] 353,7 Błonnik pokarmowy [g] 53,8 Sól [g] 7,2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-06 niedziela	Sz.Czem. wegańska	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z marchewki 60 g Papryka 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kotlet warzywny 120 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Barszcz ukraiński z fasolką szparagową b/ml 350 ml (SEL) Surówka z selera, marchwii i jabłka 150 g (GLU, SEL) Kasza gryczana gotowana 180 g Sos pieczeniowy 50 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z cukinii 60 g Pasta warzywna 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 197,3 Białko ogółem [g] 73 Tłuszcz [g] 45,8 Węglowodany ogółem [g] 414,4 Błonnik pokarmowy [g] 84,7 Sól [g] 4,6
	Sz.Czem. bogatoreszkowa	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Papryka 130 g Wędzonka krotoszyńska 60 g (MIE)		Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 350 ml (BIA, SEL) Bitka w ieprzowa 110 g (MIE) Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka z selera, marchwii i jabłka 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z ciecierzycy 110 g Sałatka z ogórkiem kiszony m 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Ser biały 60 g (BIA)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 625,4 Białko ogółem [g] 132,9 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 387,3 Błonnik pokarmowy [g] 82,1 Sól [g] 4,3
	Sz.Czem. ubogoenerygetyczna	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Jogurt 150 ml (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIE) Pomidor bs 130 g		Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 300 ml (BIA, SEL) Bitka w ieprzowa 90 g (MIE) Szpinak duszony 150 g Kompot owocowy 250 ml kasza jaglana gotowana 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Polędwica sopocka 40 g (MIE) Pasta wielowarzywna 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 391,4 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 35,3 Węglowodany ogółem [g] 181,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 Sól [g] 3,4

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-04-06 niedziela	Sz.Czem. papkowata b/m	Bulka 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 Pasta z marchewki 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		Barszcz ukraiński z fasolką szparagową b/ml 350 ml (SEL) bitka wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) kasza jaglana gotowana 180 g szpinak duszony zmiksowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml polędwica sopocka mielona 60 g (MIĘ) Pasta warzywna 130 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 154,8 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 58,9 Węglowodany ogółem [g] 331,6 Błonnik pokarmowy [g] 48,9 Sól [g] 6
	Sz.Czem. papkowata bogatobiałkowa	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek wiejski 150 g (BIA)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową 350 ml (BIA, SEL) bitka wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) kasza jaglana gotowana 180 g szpinak duszony zmiksowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml polędwica sopocka mielona 60 g (MIĘ) Pasta warzywna 130 g	Twarożek 60 g (BIA) Bulka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 832,4 Białko ogółem [g] 162,2 Tłuszcz [g] 92,2 Węglowodany ogółem [g] 363,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,9 Sól [g] 7,6
	Sz.Czem. przeterminowana b/m	zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		Barszcz ukraiński z fasolką szparagową wzmocniony 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 597,1 Białko ogółem [g] 58,6 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 226,9 Błonnik pokarmowy [g] 46,8 Sól [g] 1,9
	Sz.Czem. przeterminowana bogatobiałkowa	zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Serek wiejski 150 g (BIA)	Barszcz ukraiński z fasolką szparagową wzmocniony 500 ml (BIA, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 880,9 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 222,5 Błonnik pokarmowy [g] 40,5 Sól [g] 3,2