

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-01 czwartek	Sz.Czem. podstawowa		bułka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Ogórek świeży 130 g pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA)		Zupa pejszanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU) Kapusta zasmażana 150 g (BIA, GLU)	Pieczyno pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Pieczyno pszenne 30 g (GLU) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 531,1 Białko ogółem [g] 167,6 Tłuszcz [g] 95,8 Węglowodany ogółem [g] 264,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Sól [g] 4
	Sz.Czem. łatwostrawna		Kajzerka 1 szt (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 pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA)		Zupa pejszanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Pieczyno pszenne 30 g (GLU) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 573,8 Białko ogółem [g] 164,7 Tłuszcz [g] 104 Węglowodany ogółem [g] 262,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 Sól [g] 3,5
	Sz.Czem. bezmleczna		Kajzerka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Szynka w siatce 60 g (MIĘ) Pomidor 130 g		zupa pejszanka z ziemniakami 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/m 50 g (GLU)	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 122,5 Białko ogółem [g] 129,9 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 249,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Sól [g] 4,6

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-01 czwartek	Sz.Czem. bogatobiałkowa	Kajzerka 1 szt (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 pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA)	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Zupa pejszanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczyno pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 723,7 Białko ogółem [g] 171,7 Tłuszcz [g] 108 Węglowodany ogółem [g] 285 Błonnik pokarmowy [g] 39,5 Sól [g] 3,7
	Sz.Czem. wątrobowa	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pejszanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 300 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 130 g Szynka galicyjska 60 g (MIĘ)	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 290,4 Białko ogółem [g] 159,2 Tłuszcz [g] 51,8 Węglowodany ogółem [g] 312,3 Błonnik pokarmowy [g] 45,5 Sól [g] 3,6
	Sz.Czem. tustkowa	Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 90 g (BIA) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Gulasz warzywny 110 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml zupa pejszanka z ziemniakami 300 ml (SEL) Kalafior gotowany 150 g Ziemniaki gotowane 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 022 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 40,3 Węglowodany ogółem [g] 344,7 Błonnik pokarmowy [g] 56,9 Sól [g] 4,8

2025-05-01 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz Czern. papkowata		Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Zupa pejkanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 350 ml (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIĘ) ziemniaki puree 180 g kalafior gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 723,4 Białko ogółem [g] 152,1 Tłuszcz [g] 93,3 Węglowodany ogółem [g] 350,6 Błonnik pokarmowy [g] 53,4 Sól [g] 3,7
Sz Czern. przecierana		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)		zupa pejkanka z ziemniakami zmięszowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 687,9 Białko ogółem [g] 78,8 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 197,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 Sól [g] 2,1
Sz Czern. wegetariańska		bulka żytnia 100 g (GLU, ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) Ogórek świeży 130 g	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Zupa pejkanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 350 ml (SEL) Kotlet jajeczny 110 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 150 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Wędlina w ege 60 g Pasta z zielonego groszku 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 602,3 Białko ogółem [g] 126,8 Tłuszcz [g] 104,9 Węglowodany ogółem [g] 302,7 Błonnik pokarmowy [g] 51 Sól [g] 6
Sz Czern. bezglutenowa		Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Sok wiśniowy 250 ml Jogurt 150 ml (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa pejkanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/g 50 g	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo bezglutenowe 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 451,2 Białko ogółem [g] 145 Tłuszcz [g] 137,4 Węglowodany ogółem [g] 171,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Sól [g] 1,6

2025-05-01 czwartek

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
Sz.Czem. bezsoha		Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) Ogórek świeży 130 g		Zupa pejszanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIE) Pasta z zielonego groszku 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Bułka wrocławska 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 832,4 Białko ogółem [g] 170 Tłuszcz [g] 109,1 Węglowodany ogółem [g] 311,8 Błonnik pokarmowy [g] 40,3 Sól [g] 4,1
		Kajzerka 1 szt (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 brokuła i cukinii 110 g Pomidor bs 130 g		Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SEL) Kopytka 200 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Marchewka gotowana z wody 150 g Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Wędlina wege 60 g Pomidor bs 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 736,4 Białko ogółem [g] 42,4 Tłuszcz [g] 58,6 Węglowodany ogółem [g] 273,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 Sól [g] 3,9
		Kajzerka 1 szt (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Jogurt 150 ml (BIA) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) Kakao na mleku 250 ml (BIA) Pomidor bs 130 g	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Schab pieczony 110 g (MIE) Ziemniaki gotowane 180 g Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa pejszanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 350 ml (SEL) Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIE) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 852,1 Białko ogółem [g] 176,7 Tłuszcz [g] 90,8 Węglowodany ogółem [g] 358 Błonnik pokarmowy [g] 54,8 Sól [g] 4
		Kajzerka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Jabłko 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g Ogórek świeży 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kopytka 300 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml zupa pejszanka z ziemniakami 350 ml (SEL) Kalafior gotowany 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasztet z soczewicy 100 g Pasta z zielonego groszku 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 090,1 Białko ogółem [g] 82,5 Tłuszcz [g] 47,4 Węglowodany ogółem [g] 358,1 Błonnik pokarmowy [g] 56,7 Sól [g] 3,2

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-01 czwartek	Sz.Czem. bogatorestwkowa	bułka żytnia 100 g (GLU, ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g Jabłko pieczone 1 szt Kakao na mleku 250 ml (BIA) Jogurt 150 ml (BIA) Ogórek świeży 130 g pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA)		Zupa pejszanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 350 ml (SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Jajko gotowane 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 711,3 Białko ogółem [g] 168,9 Tłuszcz [g] 104,6 Węglowodany ogółem [g] 293,2 Błonnik pokarmowy [g] 51,5 Sól [g] 4,5
	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 twarogowa z czubrycą 90 g (BIA) Pomidor bs 130 g		Zupa grysikowa 300 ml (GLU, SEL) Schab pieczony 110 g (MIĘ) Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki gotowane 150 g	Pieczywo pszenne 70 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (BIA) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Filet kruchy 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] 1 466,2 Białko ogółem [g] 115,8 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 205,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,9 Sól [g] 3,2
	Sz.Czem. papkowata b/m	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Herbata 250 ml Pasta z brokuła i cukinii 110 g pomidor bs rozdrobniony 130 g		zupa pejszanka z ziemniakami 350 ml (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIĘ) ziemniaki puree 180 g kalafior gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny b/m 50 g (GLU)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka galicyjska mielona 60 g (MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 258,1 Białko ogółem [g] 126,1 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 303,3 Błonnik pokarmowy [g] 46,7 Sól [g] 3,5

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2025-05-01 czwartek	Sz.Czem. papkowata bogatobiakowa		Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g jabłko pieczone rozdrobnione 130 g Kakao na mleku 250 ml (BIA) Kasza manna na mleku 250 ml (BIA, GLU) pasta twarogowa z czubrycą 110 g (BIA) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	Zupa pejszanka z ziemniakami ,pomidorami i porem 350 ml (SEL) pulpety wieprzowe rozdrobnione 110 g (GLU, MIĘ) ziemniaki puree 180 g kalafior gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny 50 g (BIA, GLU)	Bulka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15g (BIA) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta z wędliny z natką pietruszki 110 g (BIA, MIĘ) Pasta z zielonego groszku 130 g	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 871,7 Białko ogółem [g] 159 Tłuszcz [g] 97,3 Węglowodany ogółem [g] 372,5 Błonnik pokarmowy [g] 54,6 Sól [g] 3,9
	Sz.Czem. przederana b/m		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		zupa pejszanka z ziemniakami zmiksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 614 Białko ogółem [g] 67 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 205,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,9 Sól [g] 1,9
	Sz.Czem. przederana bogatobiakowa		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (BIA, GLU, JAJ)	Koktajl mleczno owocowy 250 ml (BIA)	zupa pejszanka z ziemniakami zmiksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzy nowa 500 ml (BIA, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel z jabłkiem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 837,8 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 220 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 Sól [g] 2,3