

Jadłospisy w dniu 2026-07-25 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-25 sobota	D01		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Pomidor 130 g twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Dżem 25 g		Zupa warzywna z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) bitka z szynki w sosie własnym 100 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Ogórki kiszone 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 335,5 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 332,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 suma cukrów prostych [g] 79,8 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 553,8 Sód [mg] 1 681,6
	D03		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Kefir 150 ml (MLE) twarożek ze szczypiorkiem 110 g (MLE) Pomidor 130 g		Zupa warzywna z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) bitka z szynki w sosie własnym 100 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka z białej kapusty z koperkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 50 g	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Ogórki kiszone 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) pieczywo żytnie 30 g (ŻYT)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 381,4 Białko ogółem [g] 133,9 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 334,1 Błonnik pokarmowy [g] 60,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 87,5 Sól [g] 6,3 Cholesterol [mg] 551,5 Sód [mg] 1 835,5
	D02		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Pomidor bs 130 g twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Dżem 25 g		Zupa warzywna z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) bitka z szynki w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Pomidor bs 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 212,2 Białko ogółem [g] 118,3 Tłuszcz [g] 64,2 Węglowodany ogółem [g] 306,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 suma cukrów prostych [g] 71,8 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 553,8 Sód [mg] 1 594

Jadłospisy w dniu 2026-07-25 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-07-25 sobota

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D 02/ML	D 02/ML	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Szynka włoska 60 g Pomidor bs 130 g		Zupa warzywna z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) bitka z szynki w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Pomidor bs 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczyno pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 950 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 56,1 Węglowodany ogółem [g] 272,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,8 suma cukrów prostych [g] 55,4 Sól [g] 7,4 Cholesterol [mg] 546,4 Sód [mg] 2 214,3
	D 07	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Pomidor bs 130 g twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Dżem 25 g	Jogurt 100 ml (MLE)	Zupa warzywna z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) bitka z szynki w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczyno pszenne 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Pomidor bs 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczyno pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 272,2 Białko ogółem [g] 122,6 Tłuszcz [g] 64,2 Węglowodany ogółem [g] 313 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 suma cukrów prostych [g] 72,8 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 553,8 Sód [mg] 1 594
	D 03/ML	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Szynka włoska 60 g Pomidor 130 g	pastą z jajka z natką pietruszki b/ml 110 g (JAJ, GOR)	Zupa warzywna z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) bitka z szynki w sosie własnym 100 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka z białej kapusty z koperkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Ogórki kiszone 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] 2 105,1 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 62,1 Węglowodany ogółem [g] 302,7 Błonnik pokarmowy [g] 59,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 87,5 Sól [g] 11,5 Cholesterol [mg] 186,4 Sód [mg] 2 744,7

Jadłospisy w dniu 2026-07-25 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-25 sobota	D 05		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) twaróg (ser biały) 110 g (MLE) herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g Dżem 25 g		bitka z szynki w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Kalańor gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa warzywna z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Pomidor bs 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 839,7 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 38,3 Węglowodany ogółem [g] 291,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,5 suma cukrów prostych [g] 67,5 Sól [g] 4,6 Cholesterol [mg] 124,2 Sód [mg] 1 152,3
	D 11		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) twaróg (ser biały) 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g Dżem 25 g		Zupa wielowarzywna z ziemniakami zmiksowana 400 ml (SEL) bitka wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g kalańor gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta zwędliny z natką pietruszki 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kefir 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 485,5 Białko ogółem [g] 133,3 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 328,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,6 suma cukrów prostych [g] 82,9 Sól [g] 3,7 Cholesterol [mg] 299,3 Sód [mg] 1 107,6
	D 11/CU		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) twaróg (ser biały) 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g Dżem 25 g	pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ)	Zupa wielowarzywna z ziemniakami zmiksowana 400 ml (SEL) bitka wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g kalańor gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta zwędliny z natką pietruszki 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kefir 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 703,6 Białko ogółem [g] 152,6 Tłuszcz [g] 93,7 Węglowodany ogółem [g] 331,2 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 suma cukrów prostych [g] 83,1 Sól [g] 7,8 Cholesterol [mg] 821,6 Sód [mg] 3 142,3

Jadłospisy w dniu 2026-07-25 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-25 sobota	D 12		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)		zupa szpinakowa z ryżem wzmocniona zmiksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 705,2 Białko ogółem [g] 73,1 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 207,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 61,9 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 481,7 Sód [mg] 858,2
	D 12/CU		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Jogurt 100 ml (MLE)	zupa szpinakowa z ryżem wzmocniona zmiksowana 500 ml (SEL) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 765,2 Białko ogółem [g] 77,4 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 214 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 62,9 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 481,7 Sód [mg] 858,2
	D 04		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Pomidor 130 g Dżem 25 g	pastą z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ)	Zupa warzywna z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Pulpety warzywne z kaszą gotowane 110 g Kompot owocowy 250 ml Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka wielowarzywna 150 g	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 110 g Ogórki kiszzone 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 421,9 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 358,2 Błonnik pokarmowy [g] 48,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 86,3 Sól [g] 8,3 Cholesterol [mg] 1 009 Sód [mg] 3 292,6

Jadłospisy w dniu 2026-07-25 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-25 sobota	D 13		Pieczywo bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Płatki kukurydziane na mleku 250 ml (MLE) twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Pomidor 130 g Dżem 25 g		Zupa warzywna z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) bitka z szynki w sosie własnym 100 g Kasza gryczana gotowana 180 g Surówka wielowarzywna 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Ogórki kiszone 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Pieczywo bezglutenowe 30 g (ORZ, SOJ, SEZ)	Wartość energetyczna [kcal] 2 024,1 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 102,8 Węglowodany ogółem [g] 197,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 77,1 Sól [g] 5,4 Cholesterol [mg] 536,7 Sód [mg] 1 430,4
	D 08		Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Pasta wielowarzywna 110 g Pomidor bs 130 g Dżem 25 g		Zupa warzywna z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Sos jarski z cukinią, ciecierzą i pomidorami 110 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Kalafior gotowany 150 g Kasza gryczana gotowana 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 110 g Pomidor bs 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 712,6 Białko ogółem [g] 50,5 Tłuszcz [g] 41 Węglowodany ogółem [g] 308,1 Błonnik pokarmowy [g] 46,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 suma cukrów prostych [g] 87,4 Sól [g] 4,3 Cholesterol [mg] 80 Sód [mg] 1 743,1
	D 02/SZ		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Pomidor bs 130 g Dżem 25 g	Banan 1 szt	bitka z szynki w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Kalafior gotowany 150 g Kompot owocowy 250 ml Zupa warzywna z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Pomidor bs 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 239,2 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 60,2 Węglowodany ogółem [g] 333,3 Błonnik pokarmowy [g] 32 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 suma cukrów prostych [g] 104,7 Sól [g] 4,9 Cholesterol [mg] 193,8 Sód [mg] 1 268,1

Jadłospisy w dniu 2026-07-25 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-07-25 sobota

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D 04.1	D 06	D 11/ML	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) Pasta wielowarzywna 110 g Pomidor 130 g Dżem 25 g	Banan 1 szt	Sos jarski z cukinią, ciecierzą i pomidorami 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml Zupa warzywna z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Surówka wielowarzywna 150 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z zielonego groszku 110 g Pomidor bs 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 094,4 Białko ogółem [g] 59 Tłuszcz [g] 44,6 Węglowodany ogółem [g] 392 Błonnik pokarmowy [g] 56 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3 suma cukrów prostych [g] 125,9 Sól [g] 5 Cholesterol [mg] 80 Sód [mg] 1 990,4
			pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (MLE) Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Pomidor 130 g twaróg (ser biały) 110 g (MLE) Dżem 25 g		Zupa warzywna z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) bitka z szynki w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Surówka z białej kapusty z koperkiem 150 g Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło śmietankowe 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka wiejska 60 g Ogórki kiszone 130 g	Jajko gotowane 1 szt (JAJ) pieczywo żytnie 50 g (ŻYT)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 364,4 Białko ogółem [g] 122,6 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 350,7 Błonnik pokarmowy [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 97,5 Sól [g] 6,6 Cholesterol [mg] 553,8 Sód [mg] 1 957,9
			Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Owoc 130 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) szynka włoska rozdrobniona 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g Dżem 25 g		Zupa wielowarzywna z ziemniakami zmielowana 400 ml (SEL) bitka wieprzowa rozdrobniona 110 g (MIĘ) ziemniaki puree 180 g kalafior gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy b/m 50 g (SEL)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta zwędliny z natką pietruszki 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 216,7 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 314,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 79,7 Sól [g] 5,3 Cholesterol [mg] 279,5 Sód [mg] 1 733,3

Jadłospisy w dniu 2026-07-25 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-25 sobota	D 11/BS		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło extra 82% 15 g (<i>MLE</i>) Sałata 10 g Owoc 130 g Kawa zbożowa na mleku 250 ml (<i>MLE</i>) Płatki owsiane na mleku 250 ml (<i>MLE, GLU</i>) twaróg (ser biały) 110 g (<i>MLE</i>) pomidor bs rozdrobniony 130 g Dżem 25 g	pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (<i>MLE, JAJ</i>)	Zupa wielowarzywna z ziemniakami zmiksowana 400 ml (<i>SEL</i>) bitka wieprzowa rozdrobniona 110 g (<i>MIĘ</i>) ziemniaki puree 180 g kalafior gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 50 g (<i>SEL</i>)	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (<i>GLU</i>) Masło śmietankowe 15 g (<i>MLE</i>) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml pasta zwędliny z natką pietruszki 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	Kefir 150 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 703,6 Białko ogółem [g] 152,6 Tłuszcz [g] 93,7 Węglowodany ogółem [g] 331,2 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 suma cukrów prostych [g] 83,1 Sól [g] 7,8 Cholesterol [mg] 827,3 Sód [mg] 2 740,3
	D 12/ML		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (<i>GLU, JAJ</i>)		zupa szpinakowa z ryżem wzmocniona zmiksowana 500 ml (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kisiel owocowy 200 ml	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 591,9 Białko ogółem [g] 56,2 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 217,6 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 suma cukrów prostych [g] 46,1 Sól [g] 2 Cholesterol [mg] 55,8 Sód [mg] 520
	D 12/BS		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (<i>MLE, GLU, JAJ</i>)	Jogurt 100 ml (<i>MLE</i>)	zupa szpinakowa z ryżem wzmocniona zmiksowana 500 ml (<i>SEL</i>) Kompot owocowy 250 ml	zupa kalafiorowa z ryżem wzmocniona 500 ml (<i>SEL</i>) herbata z cytryną b/c 250 ml	Kefir 150 ml (<i>MLE</i>)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 765,2 Białko ogółem [g] 77,4 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 214 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 62,9 Sól [g] 2,2 Cholesterol [mg] 481,7 Sód [mg] 858,2