

Jadłospisy w dniu 2026-07-26 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-26 niedziela	D01		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt 150 ml (MLE) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ)		Barszcz czerwony zabielaany z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Pieczeń po polsku z pietruszką 110 g (MIĘ) Ryż brązowy 180 g Kompot owocowy 250 ml Surówka z selera i jabłka 150 g (MLE, SEL)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g Papryka 130 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Pasta z soczewicy 60 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 274 Białko ogółem [g] 120,8 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 313,3 Błonnik pokarmowy [g] 51,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 71,9 Sól [g] 7,8 Cholesterol [mg] 748,4 Sód [mg] 3 119,9
	D03		pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt 150 ml (MLE) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ) Pomidor 130 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Barszcz czerwony zabielaany z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Pieczeń po polsku z pietruszką 110 g (MIĘ) Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g Papryka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ŻYT) Pasta z soczewicy 60 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 332,5 Białko ogółem [g] 133,1 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 310,8 Błonnik pokarmowy [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 75,2 Sól [g] 8 Cholesterol [mg] 761,2 Sód [mg] 3 187,4
	D02		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt 150 ml (MLE) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ)		Barszcz czerwony zabielaany z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Pieczeń po polsku z pietruszką 110 g (MIĘ) Ryż brązowy 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g Ogórki kiszzone 120 g	Pieczywo pszenne 30 g (GLU) Szynka rzeż 30 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 284,3 Białko ogółem [g] 122,5 Tłuszcz [g] 81,5 Węglowodany ogółem [g] 281,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 suma cukrów prostych [g] 53,7 Sól [g] 8,4 Cholesterol [mg] 748,4 Sód [mg] 3 024,8

Jadłospisy w dniu 2026-07-26 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-26 niedziela	D 02/ML		Pieczywo 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) pasta z jajka z natką pietruszki b/ml 110 g (JAJ, GOR) Pomidor 130 g		Barszcz czerwony zabielaany z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Pieczeń po polsku z pietruszką 110 g (MIĘ) Ryż brązowy 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g Ogórki kiszzone 120 g	Szynka rzeż 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 214 Białko ogółem [g] 113,1 Tłuszcz [g] 78,6 Węglowodany ogółem [g] 280,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 suma cukrów prostych [g] 64,5 Sól [g] 10,4 Cholesterol [mg] 212,9 Sód [mg] 2 674,1
	D 07		Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt 150 ml (MLE) Pomidor bs 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ)	Serek naturalny 150 g (MLE)	Barszcz czerwony zabielaany z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Pieczeń po polsku z pietruszką 110 g (MIĘ) Ryż brązowy 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g Ogórki kiszzone 120 g	Szynka rzeż 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 343,3 Białko ogółem [g] 136,1 Tłuszcz [g] 84,6 Węglowodany ogółem [g] 274,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 48,3 Sól [g] 8,5 Cholesterol [mg] 761,2 Sód [mg] 3 056,2
	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) pasta z jajka z natką pietruszki b/ml 110 g (JAJ, GOR) Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Barszcz czerwony zabielaany z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Pieczeń po polsku z pietruszką 110 g (MIĘ) Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ŻYT) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g Papryka 130 g	Pasta z soczewicy 60 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 153,3 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 66,4 Węglowodany ogółem [g] 304,3 Błonnik pokarmowy [g] 54,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 suma cukrów prostych [g] 80,8 Sól [g] 9,9 Cholesterol [mg] 212,9 Sód [mg] 2 789,2

Jadłospisy w dniu 2026-07-26 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-26 niedziela	D 05		Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt 150 ml (MLE) szynka wiejska 60 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pomidor bs 130 g		Pieczeń po polsku z pietruszką 110 g (MIĘ) Kompot owocowy 250 ml Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 5 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g Ogórki kiszzone 120 g	Szynka rzeź 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 637,5 Białko ogółem [g] 105,2 Tłuszcz [g] 41 Węglowodany ogółem [g] 216,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,2 suma cukrów prostych [g] 43 Sól [g] 5,8 Cholesterol [mg] 163,3 Sód [mg] 1 267,8
	D 11		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) pieczeń rzymska rozdrobniona 110 g (MIĘ, GOR) ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z twarogu i szynki 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka rzeźnika rozdrobniona 30 g bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 459,4 Białko ogółem [g] 134,8 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 321,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,4 suma cukrów prostych [g] 64,1 Sól [g] 8,5 Cholesterol [mg] 745,3 Sód [mg] 2 674,5
	D 11/CU		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) pieczeń rzymska rozdrobniona 110 g (MIĘ, GOR) ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z twarogu i szynki 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka rzeźnika rozdrobniona 30 g bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 558,4 Białko ogółem [g] 148,8 Tłuszcz [g] 84,7 Węglowodany ogółem [g] 324 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 suma cukrów prostych [g] 66,5 Sól [g] 8,6 Cholesterol [mg] 752,4 Sód [mg] 3 109,5

Jadłospisy w dniu 2026-07-26 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-26 niedziela	D 12		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)		Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 434,4 Białko ogółem [g] 59 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 184,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 suma cukrów prostych [g] 76,1 Sól [g] 3,6 Cholesterol [mg] 439,9 Sód [mg] 1 119,9
	D 12/CU		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (MLE)	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 533,4 Białko ogółem [g] 73 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 187 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 3,7 Cholesterol [mg] 452,7 Sód [mg] 1 152,9
	D 04		Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt 150 ml (MLE) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ) Pomidor 130 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Kotlet sojowy 110 g (SOJ) Kompot owocowy 250 ml Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (MLE, SEL)	Pieczywo pszenne 60 g (GLU) pieczywo żytnie 40 g (ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 110 g Papryka 130 g	Pasta z soczewicy 60 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 458,1 Białko ogółem [g] 146,6 Tłuszcz [g] 56,7 Węglowodany ogółem [g] 352,8 Błonnik pokarmowy [g] 74,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 suma cukrów prostych [g] 77,4 Sól [g] 7,6 Cholesterol [mg] 622,7 Sód [mg] 3 025,5

Jadłospisy w dniu 2026-07-26 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-07-26 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
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) Jogurt 150 ml (MLE) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ) Pomidor bs 130 g		Barszcz czerwony zabielały z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Pieczeń po polsku z pietruszką 110 g (MIĘ) Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka b/g 150 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g (ORZ, SOJ, SEZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g Papryka 130 g	Pasta z soczewicy 60 g Pieczywo bezglutenowe 30 g (ORZ, SOJ, SEZ)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 107,2 Węglowodany ogółem [g] 177,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 61,4 Sól [g] 7,2 Cholesterol [mg] 740,9 Sód [mg] 2 876,2
	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 z brokuła i cukinii 110 g Pomidor bs 130 g		Barszcz czerwony zabielały z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Kopytka 200 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Brokuł gotowany 150 g	Bułka wrocławska 80 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 110 g Ogórki kiszone 120 g	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 554,8 Białko ogółem [g] 45 Tłuszcz [g] 37,4 Węglowodany ogółem [g] 278,3 Błonnik pokarmowy [g] 39,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 suma cukrów prostych [g] 76,4 Sól [g] 5,9 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 2 271,3
	D 02/SZ	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Jogurt 150 ml (MLE) szynka wiejska 60 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Pomidor bs 130 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Pieczeń po polsku z pietruszką 110 g (MIĘ) Ryż brązowy 180 g Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g Kompot owocowy 250 ml Barszcz czerwony zabielały z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g Ogórki kiszone 120 g	Szynka rzeź 30 g Pieczywo pszenne 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 268,1 Białko ogółem [g] 129,7 Tłuszcz [g] 78,2 Węglowodany ogółem [g] 275,8 Błonnik pokarmowy [g] 31 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 suma cukrów prostych [g] 49,9 Sól [g] 6 Cholesterol [mg] 233,2 Sód [mg] 1 359,4

Jadłospisy w dniu 2026-07-26 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

2026-07-26 niedziela

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
D 04.1	D 04.1	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 zbrokuła i cukinii 110 g Pomidor 130 g	Sok pomidorowy 200 ml	Kopytka 300 g (GLU) Kompot owocowy 250 ml Barszcz czerwony zabielały z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Brokuł gotowany na parze z oliwą 150 g	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Paszтет z soczewicy 100 g Papryka 130 g	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 021,1 Białko ogółem [g] 57,8 Tłuszcz [g] 52,7 Węglowodany ogółem [g] 350,7 Błonnik pokarmowy [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 87,1 Sól [g] 6,2 Cholesterol [mg] 74,4 Sód [mg] 2 480,8
	D 06	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Owoc 130 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Jogurt 150 ml (MLE) Pomidor 130 g pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ)		Barszcz czerwony zabielały z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Pieczeń po polsku z pietruszką 110 g (MIE) Ryż brązowy 180 g Surówka z selera i jabłka 150 g (MLE, SEL) Kompot owocowy 250 ml	pieczywo żytnie 100 g (ZYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Szynka galicyjska 60 g Papryka 130 g	pieczywo żytnie 30 g (ZYT) Pasta z soczewicy 60 g	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 233,5 Białko ogółem [g] 119,1 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 308 Błonnik pokarmowy [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 72,8 Sól [g] 7,9 Cholesterol [mg] 748,4 Sód [mg] 3 154,4
	D 11/ML	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałata 10 g Mus owocowy 150 g herbata z cytryną b/c 250 ml Sok wielowarzywny 250 ml (SEL) pasta z jajka z natką pietruszki b/ml 110 g (JAJ, GOR) pomidor bs rozdrobniony 130 g		Barszcz czerwony zabielały z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) pieczeń rzymska rozdrobniona 110 g (MIE, GOR) ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml szynka galicyjska mielona 60 g pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka rzeźnika rozdrobniona 30 g bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 257,1 Białko ogółem [g] 132,7 Tłuszcz [g] 76,1 Węglowodany ogółem [g] 276,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 59,6 Sól [g] 10,4 Cholesterol [mg] 256,4 Sód [mg] 2 266,4

Jadłospisy w dniu 2026-07-26 CZERNIAKOWSKI SZPITAL

			Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-07-26 niedziela	D 11/BS		Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) Sałata 10 g Mus owocowy 150 g Kakao na mleku 250 ml (MLE) Kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU) pasta z jajka z natką pietruszki 110 g (MLE, JAJ) pomidor bs rozdrobniony 130 g	Serek naturalny 150 g (MLE)	Barszcz czerwony zabielały z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) pieczeń rzymska rozdrobniona 110 g (MIE, GOR) ziemniaki puree 180 g brokuł gotowany rozdrobniony 150 g Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska rozdrobniona 100 g (GLU) Masło extra 82% 15 g (MLE) sałata rozdrobniona 10 g herbata z cytryną b/c 250 ml Pasta z twarogu i szynki 110 g (MLE) pomidor bs rozdrobniony 130 g	szynka rzeźnika rozdrobniona 30 g bułka wrocławska rozdrobniona 30 g (GLU)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 558,4 Białko ogółem [g] 148,8 Tłuszcz [g] 84,7 Węglowodany ogółem [g] 324 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 suma cukrów prostych [g] 66,5 Sól [g] 8,6 Cholesterol [mg] 758,1 Sód [mg] 2 707,5
	D 12/ML		zupa mleczna wzmocniona na anpoju roślinnym 500 ml (GLU, JAJ)		Barszcz czerwony zabielały z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa wzmocniona 500 ml (SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 360,5 Białko ogółem [g] 47,2 Tłuszcz [g] 49,9 Węglowodany ogółem [g] 191,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,4 suma cukrów prostych [g] 53,9 Sól [g] 3,4 Cholesterol [mg] 14 Sód [mg] 7 73,7
	D 12/BS		zupa mleczna wzmocniona 500 ml (MLE, GLU, JAJ)	Serek naturalny 150 g (MLE)	Barszcz czerwony zabielały z ziemniakami 350 ml (MLE, SEL) Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 500 ml (MLE, SEL) herbata z cytryną b/c 250 ml	Sok wielowarzywny 200 ml (SEL)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 1 533,4 Białko ogółem [g] 73 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 187 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 78,5 Sól [g] 3,7 Cholesterol [mg] 452,7 Sód [mg] 1 152,9