

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenerygetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA
27.05.2024 poniedziałek	Śniadanie	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb razowy, żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Twarożek z ziarnami 50 g ( <b>Lak.</b> ) szynkowa wieprzowa 50 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Twarożek z ziarnami 50 g ( <b>Lak.</b> ) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml ( <b>S.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb razowy, żyt. 100 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Twarożek z ziarnami 50 g szynkowa wieprzowa 50 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 100 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Twarożek z ziarnami 50 g ( <b>Lak.</b> ) szynkowa wieprzowa 50 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyt. 50 g ( <b>GLU.</b> ) Twarożek z ziarnami 50 g ( <b>Lak.</b> ) szynkowa wieprzowa 50 g Sałata liść 35 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml ( <b>S.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g Miód wielokwiatowy 25 g Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 50 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Twarożek z ziarnami 100 g ( <b>Lak.</b> ) Rzodkiewka 100 g
	2. śniadanie	Jabłko 150 g		jabłko pieczone 100 g		Jabłko 150 g				
	Obiad	Zupa fasolowa 350 ml ( <b>GLU., S.</b> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU., JAJ.</b> ) Sos pomidorowo-paprykowy 50 g ( <b>GLU., S., SO.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak.</b> ) Kompot wielowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU., S.</b> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU., JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy 50 g ( <b>GLU., Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak.</b> ) Kompot wielowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU., S.</b> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU., JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy 50 g ( <b>GLU., Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Jarzynka gotowana 150 g ( <b>GLU., S.</b> ) Kompot wielowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa fasolowa 350 ml ( <b>GLU., S.</b> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU., JAJ.</b> ) Sos pomidorowo-paprykowy 50 g ( <b>GLU., S., SO.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak.</b> ) Kompot wielowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa fasolowa 350 ml ( <b>GLU., S.</b> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU., JAJ.</b> ) Sos pomidorowo-paprykowy 50 g ( <b>GLU., S., SO.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak.</b> ) Kompot wielowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa fasolowa 350 ml ( <b>GLU., S.</b> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU., JAJ.</b> ) Sos pomidorowo-paprykowy 50 g ( <b>GLU., S., SO.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak.</b> ) Kompot wielowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU., S.</b> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU., JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy 100 g ( <b>GLU., Lak.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Jarzynka gotowana 150 g ( <b>GLU., S.</b> ) Kompot wielowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU., S.</b> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU., JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy 100 g ( <b>GLU., Lak.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Jarzynka gotowana 150 g ( <b>GLU., S.</b> ) Kompot wielowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml ( <b>GLU., S.</b> ) Kopytka z masłem 250 g ( <b>GLU., JAJ., Lak.</b> ) Sos pomidorowo-paprykowy 50 g ( <b>GLU., S., SO.</b> ) Surówka z marchewki i jabłka 200 g ( <b>Lak.</b> ) Kompot wielowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD				Podplomyki bez cukru 1 szt			Podplomyki bez cukru 1 szt		
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) chleb razowy, żyt. 50 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	chleb razowy, żyt. 100 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt ( <b>Lak.</b> )	chleb razowy, żyt. 100 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak.</b> )	chleb razowy, żyt. 50 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak.</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Miód wielokwiatowy 25 g Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )

5.2024 poniedziałek		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydź s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenerygetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA
	Posilek nocny						Chleb razowy 25 g ( <u>GLU.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 25 g			
28.05.2024 wtorek	Śniadanie	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml ( <u>GLU, JAJ, Lak.</u> ) bułka pszenna wrocławska 25 g ( <u>GLU.</u> ) chleb razowy, żyt. 50 g ( <u>GLU.</u> ) pierś z indyka gotowana 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g ( <u>RYB, S, G, SO.</u> ) Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g ( <u>Lak.</u> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml ( <u>GLU, JAJ, Lak.</u> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <u>GLU.</u> ) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g ( <u>GLU.</u> ) pierś z indyka gotowana 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami, dieta 50 g ( <u>RYB, S.</u> ) Sałata liść 15 g Masło 82% 10 g ( <u>Lak.</u> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml ( <u>GLU, JAJ, Lak.</u> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <u>GLU.</u> ) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g ( <u>GLU.</u> ) pierś z indyka gotowana 50 g Twaróg 50 g ( <u>Lak.</u> ) Sałata liść 15 g Masło 82% 10 g ( <u>Lak.</u> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml ( <u>GLU, JAJ, S.</u> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <u>GLU.</u> ) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g ( <u>GLU.</u> ) pierś z indyka gotowana 50 g Twaróg 50 g ( <u>Lak.</u> ) Sałata liść 15 g Masło 82% 10 g ( <u>Lak.</u> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml ( <u>GLU, JAJ, Lak.</u> ) Chleb razowy 100 g ( <u>GLU.</u> ) Masło 82% 10 g ( <u>Lak.</u> ) pierś z indyka gotowana 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g ( <u>RYB, S, G, SO.</u> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g ( <u>GLU.</u> ) pierś z indyka gotowana 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g ( <u>RYB, S, G, SO.</u> ) Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g ( <u>Lak.</u> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żytn. 50 g ( <u>GLU.</u> ) pierś z indyka gotowana 50 g Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g ( <u>RYB, S, G, SO.</u> ) Ogórek zielony 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem zacierka b/ml 300 ml ( <u>GLU, JAJ, S.</u> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <u>GLU.</u> ) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g ( <u>GLU.</u> ) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g ( <u>RYB, S, G, SO.</u> ) Twaróg 50 g ( <u>Lak.</u> ) Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g ( <u>Lak.</u> ) Herbata czarna niskosłodzona 250 ml	Zupa ml. Makaron zacierka na ml. 300 ml ( <u>GLU, JAJ, Lak.</u> ) Bułka pszenna 50 g ( <u>GLU.</u> ) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g ( <u>GLU.</u> ) Pasta z tuńczyka z ryżem i warzywami 50 g ( <u>RYB, S, G, SO.</u> ) Twaróg 50 g ( <u>Lak.</u> ) Ogórek zielony 100 g Masło 82% 10 g ( <u>Lak.</u> ) Herbata czarna niskosłodzona 250 ml
	2. śniadanie	Biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ.</u> )		biszkopty 20 g	Biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ.</u> )	Marchew surowa plastry 50 g			Biszkopty 20 g ( <u>GLU, JAJ.</u> )	
	Obiad	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Bigos 350 g ( <u>GLU, S.</u> ) Chleb pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU.</u> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Zrazik wieprzowy z warzywami, dieta 100 g ( <u>GLU, JAJ, S.</u> ) Sos jarzynowy 50 g ( <u>GLU, S.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g ( <u>GLU.</u> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml		Zupa krupnik na wywarze warzywnym 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Zrazik wieprzowy z warzywami, dieta 100 g ( <u>GLU, JAJ, S.</u> ) Sos jarzynowy 50 g ( <u>GLU, S.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g ( <u>GLU.</u> )	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Zrazik wieprzowy z warzywami, dieta 100 g ( <u>GLU, JAJ, S.</u> ) Sos jarzynowy 50 g ( <u>GLU, S.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Sałatka z buraczka 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Zrazik wieprzowy z warzywami, dieta 100 g ( <u>GLU, JAJ, S.</u> ) Sos jarzynowy 50 g ( <u>GLU, S.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Sałatka z buraczka 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Zrazik wieprzowy z warzywami, dieta 100 g ( <u>GLU, JAJ, S.</u> ) Sos jarzynowy 50 g ( <u>GLU, S.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Sałatka z buraczka 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Kotlet jajeczny 100 g ( <u>GLU, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy 50 g ( <u>GLU, S.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Sałatka z buraczka 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Kotlet jajeczny 100 g ( <u>GLU, JAJ.</u> ) Sos jarzynowy 50 g ( <u>GLU, S.</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Sałatka z buraczka 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD				Kisiel gotowany b/cukru 200 ml		Kisiel gotowany b/cukru 200 ml			

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogooenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA
28.05.2024 wtorek	Kolacja	bułka pszenna wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <b>GLU.</b> ) krakowska wieprzowa 50 g ( <b>Si.</b> ) Sałatka kalafiorowa 100 g ( <b>Lak. S.</b> ) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt ( <b>Lak.</b> )	bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU.</b> ) krakowska wieprzowa 50 g ( <b>Si.</b> ) Sałatka kalafiorowa 100 g ( <b>Lak. S.</b> ) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt ( <b>Lak.</b> )	bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Schab pieczony wędlina 50 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt ( <b>Lak.</b> )	bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Schab pieczony wędlina 50 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	bułka pszenna wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <b>GLU.</b> ) krakowska wieprzowa 50 g ( <b>Si.</b> ) Sałatka kalafiorowa 100 g ( <b>Lak. S.</b> ) Sałata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g krakowska wieprzowa 50 g ( <b>Si.</b> ) Sałatka kalafiorowa 100 g ( <b>Lak. S.</b> ) Sałata liść 15 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) krakowska wieprzowa 50 g ( <b>Si.</b> ) Sałatka kalafiorowa 100 g ( <b>Lak. S.</b> ) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt ( <b>Lak.</b> )	bułka pszenna wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <b>GLU.</b> ) krakowska wieprzowa 50 g ( <b>Si.</b> ) Sałatka kalafiorowa 100 g ( <b>Lak. S.</b> ) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Sałatka kalafiorowa 100 g ( <b>Lak. S.</b> ) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek wiejski 150g 1 szt ( <b>Lak.</b> )
	Posilek nocny						Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 25 g			
29.05.2024 środa	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU. Lak.</b> ) chleb razowy, żył. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleciną 50 g Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU. Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Twarożek z zieleciną 50 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU. Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Twarożek z zieleciną 100 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor bez skóry 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml ( <b>GLU. S.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Twarożek z zieleciną 100 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor bez skóry 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU. Lak.</b> ) chleb razowy, żył. 100 g ( <b>GLU.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleciną 50 g Ogórek kiszony 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleciną 50 g Ogórek kiszony 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleciną 50 g Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manną 300 ml ( <b>GLU. S.</b> ) chleb mieszany psz.-żył. 50 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleciną 100 g Pomidor 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml ( <b>GLU. Lak.</b> ) Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleciną 50 g Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml
	2. śniadanie	Rogalik maślany 50g 1 szt ( <b>GLU. Lak.</b> )				Gruszka 150 g		Rogalik maślany 50g 1 szt ( <b>GLU. Lak.</b> )		

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogooenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA	
29.05.2024 środa	Obiad	Zupa dyniowa 350 ml ( <u>GLU, Lak, S.</u> ) Makaron z musem truskawkowym 400 g ( <u>GLU, JAJ, Lak.</u> ) Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml		Zupa dyniowa b/ śmietany 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Makaron świderki z serem białym i masłem 400 g ( <u>GLU, JAJ, Lak.</u> ) Sos jogurtowy z warzywami 50 g ( <u>GLU, Lak, S.</u> ) jabłko pieczone 100 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml		Zupa dyniowa 350 ml ( <u>GLU, Lak, S.</u> ) Makaron razowy z serem białym i masłem 400 g ( <u>GLU, JAJ, Lak.</u> ) Ogórek z olejem i zieleniną 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa 350 ml ( <u>GLU, Lak, S.</u> ) Makaron razowy z serem białym i masłem 400 g ( <u>GLU, JAJ, Lak.</u> ) Ogórek z olejem i zieleniną 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa dyniowa b/ śmietany 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Makaron razowy z serem białym i masłem 400 g ( <u>GLU, JAJ, Lak.</u> ) Ogórek z olejem i zieleniną 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa dyniowa b/ śmietany 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Makaron z musem truskawkowym b/mleczny 400 g ( <u>GLU, JAJ.</u> ) Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa b/ śmietany 350 ml ( <u>GLU, S.</u> ) Makaron z musem truskawkowym 400 g ( <u>GLU, JAJ, Lak.</u> ) Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD					wafle ryżowe 10 g		wafle ryżowe 10 g			
	Kolacja	Jajo gotowane 50 g ( <u>JAJ.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 15 g Ogórek zielony 50 g chleb mieszany psz.-żytny 50 g ( <u>GLU.</u> ) bułka pszenna wrocławska 25 g ( <u>GLU.</u> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g ( <u>Lak.</u> )	Jajo gotowane 50 g ( <u>JAJ.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g bułka pszenna wrocławska 50 g ( <u>GLU.</u> ) chleb mieszany psz.-żytny 25 g ( <u>GLU.</u> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g ( <u>Lak.</u> )	bułka pszenna wrocławska 50 g ( <u>GLU.</u> ) chleb mieszany psz.-żytny 25 g ( <u>GLU.</u> ) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g ( <u>Lak.</u> )	Jajo gotowane 50 g ( <u>JAJ.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g chleb razowy, żytny 100 g ( <u>GLU.</u> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g ( <u>Lak.</u> )	Chleb razowy 100 g ( <u>GLU.</u> ) Jajo gotowane 50 g ( <u>JAJ.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g ( <u>Lak.</u> )	Chleb razowy 50 g ( <u>GLU.</u> ) Jajo gotowane 50 g ( <u>JAJ.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g ( <u>Lak.</u> )	chleb razowy, żytny 50 g ( <u>GLU.</u> ) chleb mieszany psz.-żytny 25 g ( <u>GLU.</u> ) Miód wielokwiatowy 25 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	chleb mieszany psz.-żytny 50 g ( <u>GLU.</u> ) Bułka pszenna 25 g ( <u>GLU.</u> ) Jajo gotowane 50 g ( <u>JAJ.</u> ) Serek topiony 30 g ( <u>Lak.</u> ) Sałata liść 15 g Ogórek zielony 50 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml serek homogenizowany naturalny 100 g ( <u>Lak.</u> )		
Posiłek nocny							Chleb razowy 25 g ( <u>GLU.</u> ) Szynka drobiowa wędlna 30 g				

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA
30.05.2024 czwartek	Śniadanie	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Szynka drobiowa wędlina 50 g Serek ziołowy 50 g ( <b>Lak.</b> ) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka drobiowa wędlina 50 g Serek ziołowy 50 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka drobiowa wędlina 50 g Serek ziołowy 50 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml ( <b>S.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka drobiowa wędlina 50 g Serek ziołowy 50 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb razowy, żyłt. 100 g ( <b>GLU.</b> ) Szynka drobiowa wędlina 50 g Serek ziołowy 50 g ( <b>Lak.</b> ) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyłt. 100 g ( <b>GLU.</b> ) Szynka drobiowa wędlina 50 g Serek ziołowy 50 g ( <b>Lak.</b> ) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyłt. 75 g ( <b>GLU.</b> ) Szynka drobiowa wędlina 50 g Serek ziołowy 50 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml ( <b>S.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Serek ziołowy 100 g ( <b>Lak.</b> ) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Serek ziołowy 100 g ( <b>Lak.</b> ) Sałatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
	2. śniadanie	Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml			jabłko pieczone 100 g	Jabłko 150 g			Galaretka owocowa niskosłodzona 150 ml	
	Obiad	Zupa pieczarkowa 350 ml ( <b>GLU.</b> , <b>Lak.</b> , <b>S.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 50 g ( <b>GLU.</b> , <b>Lak.</b> ) Kasza pęczak 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka z kiszonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml ( <b>GLU.</b> , <b>Lak.</b> , <b>S.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 50 g ( <b>GLU.</b> , <b>Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml ( <b>S.</b> ) Pulpet wieprzowo drobiowy 100 g ( <b>GLU.</b> , <b>JAJ.</b> ) Sos pietruszkowy 50 g ( <b>GLU.</b> , <b>Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml ( <b>GLU.</b> , <b>Lak.</b> , <b>S.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 50 g ( <b>GLU.</b> , <b>Lak.</b> ) Kasza pęczak 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka z kiszonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa pieczarkowa 350 ml ( <b>GLU.</b> , <b>Lak.</b> , <b>S.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 50 g ( <b>GLU.</b> , <b>Lak.</b> ) Kasza pęczak 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka z kiszonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa dieta 350 ml ( <b>GLU.</b> , <b>Lak.</b> , <b>S.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 50 g ( <b>GLU.</b> , <b>Lak.</b> ) Kasza pęczak 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka z kiszonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml ( <b>S.</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 50 g ( <b>GLU.</b> , <b>Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml ( <b>S.</b> ) Naleśniki z twarogiem waniliowym i śmietaną 250 g ( <b>GLU.</b> , <b>JAJ.</b> , <b>Lak.</b> ) Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak.</b> ) Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml ( <b>S.</b> ) Naleśniki z twarogiem waniliowym i śmietaną 250 g ( <b>GLU.</b> , <b>JAJ.</b> , <b>Lak.</b> ) Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak.</b> ) Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD				chrupki kukurydziane 20 g				Chrupki kukurydziane 20 g	

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenerygetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA
30.05.2024	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) szynkowa wieprzowa 50 g Pasta warzywna z zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) szynkowa wieprzowa 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) szynka gotowana wieprzowa 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) szynka gotowana wieprzowa 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt ( <b>Lak.</b> )	chleb razowy, żyt. 100 g ( <b>GLU.</b> ) szynkowa wieprzowa 50 g Pasta warzywna z zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt ( <b>Lak.</b> )	chleb razowy, żyt. 100 g ( <b>GLU.</b> ) szynkowa wieprzowa 50 g Pasta warzywna z zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt ( <b>Lak.</b> )	chleb razowy, żyt. 75 g ( <b>GLU.</b> ) szynkowa wieprzowa 50 g Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt ( <b>Lak.</b> )	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) szynkowa wieprzowa 50 g Pasta warzywna z zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pasta warzywna z zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml ( <b>Lak.</b> )
	Posiłek nocny						chleb razowy, żyt. 30 g ( <b>GLU.</b> ) szynka gotowana wieprzowa 30 g			
31.05.2024	Śniadanie	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml ( <b>GLU. Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Dżem niskosłodzony 40 g Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml ( <b>GLU. Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU.</b> ) Dżem niskosłodzony 40 g Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Jabłko 150 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml ( <b>GLU. Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU.</b> ) Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Dżem niskosłodzony 40 g jabłko pieczone 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami jęczmiennymi b/ml 300 ml ( <b>GLU. S.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU.</b> ) Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Rzodkiewka 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml ( <b>GLU. Lak.</b> ) chleb razowy, żyt. 50 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka grahamka 50g 1 szt ( <b>GLU.</b> ) Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Rzodkiewka 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka grahamka 1 szt ( <b>GLU.</b> ) Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Rzodkiewka 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka grahamka 1 szt ( <b>GLU.</b> ) Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Rzodkiewka 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami jęczmiennymi b/ml 300 ml ( <b>GLU. S.</b> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU.</b> ) Dżem niskosłodzony 80 g Jabłko 150 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml ( <b>GLU. Lak.</b> ) Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU.</b> ) Dżem niskosłodzony 40 g Twaróg 50 g ( <b>Lak.</b> ) Jabłko 150 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml
	2. śniadanie	Marchew surowa plastry 50 g		Marchew gotowana plastry 50 g		Kiwi 100 g		Marchew surowa plastry 50 g		

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogooenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA	
31.05.2024 piątek	Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem i ziemniakami 350 ml ( <b>Lak, S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie beszamelowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Mix sałat z zieleniną i olejem 150 g ( <b>SO.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml ( <b>S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Mix sałat z olejem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml ( <b>S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Jarzynka gotowana 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem i ziemniakami 350 ml ( <b>Lak, S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie beszamelowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Mix sałat z zieleniną i olejem 150 g ( <b>SO.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem i ziemniakami 350 ml ( <b>Lak, S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Mix sałat z zieleniną i olejem 150 g ( <b>SO.</b> ) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml ( <b>S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Mix sałat z zieleniną i olejem 150 g ( <b>SO.</b> ) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml ( <b>S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Mix sałat z olejem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml ( <b>S.</b> ) Ryba zapiekana w sosie beszamelowym 150 g ( <b>GLU, RYB, Lak.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Mix sałat z zieleniną i olejem 150 g ( <b>SO.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD				wafle ryżowe 10 g		wafle ryżowe 10 g			
	Kolacja	Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Rzodkiewka 100 g chleb mieszany psz.-żytn. 50 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Koktajl z owocami 250 g ( <b>Lak.</b> )	Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor 100 g bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Koktajl z owocami 250 g ( <b>Lak.</b> )	bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Schab pieczony wędlnia 50 g Pomidor bez skóry 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Koktajl z owocami 250 g ( <b>Lak.</b> )	Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor 100 g chleb razowy, żytn. 100 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Koktajl z owocami 250 g ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU.</b> ) Ser żółty 30 g ( <b>Lak.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny sztuka 1 szt ( <b>Lak.</b> )	chleb razowy, żytn. 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Pomidor 100 g Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) pomidory 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml chrupki kukurydziane 20 g	chleb mieszany psz.-żytn. 50 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna 25 g ( <b>GLU.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>Lak.</b> ) Rzodkiewka 100 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Koktajl z owocami 250 g ( <b>Lak.</b> )	
Posilek nocny						Chleb razowy 25 g ( <b>GLU.</b> ) Szynka drobiowa wędlnia 30 g				
01.06.2024 sobota	Śniadanie	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb razowy, żytn. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Kielbasa szynkowa wieprzowa 50 g Pasta z makreli z serem i ziołami 50 g ( <b>RYB, Lak.</b> ) Pomidor 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g Miód wielokwiatowy 25 g szynkowa wieprzowa 50 g Pomidor 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Miód wielokwiatowy 25 g szynka gotowana wieprzowa 50 g Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml ( <b>GLU, S.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Miód wielokwiatowy 25 g szynka gotowana wieprzowa 50 g Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) chleb razowy, żytn. 100 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) szynkowa wieprzowa 50 g Pasta z makreli z serem i ziołami 50 g ( <b>RYB, Lak.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żytn. 100 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) szynkowa wieprzowa 50 g Pasta z makreli z serem i ziołami 50 g ( <b>RYB, Lak.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml ( <b>GLU, S.</b> ) chleb razowy, żytn. 100 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g szynkowa wieprzowa 50 g Pasta z makreli z serem i ziołami 50 g ( <b>RYB, Lak.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml ( <b>GLU, S.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb mieszany psz.-żytn. 25 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Miód wielokwiatowy 25 g szynkowa wieprzowa 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml ( <b>GLU, Lak.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb razowy, żytn. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Miód wielokwiatowy 25g 1 szt Pasta z makreli z serem i ziołami 50 g ( <b>RYB, Lak.</b> ) Pomidor 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydź s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenerygetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA
01.06.2024 sobota	2. śniadanie	Banan 1 sztuka 150 g					Jabłko 150 g		Banan 1 sztuka 150 g	
	Obiad	Zupa Solferino 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Udziec pieczony z pieczarkami 100 g Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka Colesław 200 g ( <b>Lak, SO.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Udziec pieczony w ziołach 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Szpinak gotowany 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml ( <b>S.</b> ) Udziec pieczony w ziołach 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Udziec pieczony z pieczarkami 100 g Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka Colesław 200 g ( <b>Lak, SO.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Solferino 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Udziec pieczony z pieczarkami 100 g Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka Colesław 200 g ( <b>Lak, SO.</b> ) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Solferino 350 ml ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Udziec pieczony w ziołach 100 g Sos jogurtowy z warzywami 50 g ( <b>GLU, Lak, S.</b> ) Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka Colesław 200 g ( <b>Lak, SO.</b> ) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml ( <b>S.</b> ) Udziec pieczony w ziołach 100 g Kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLU.</b> ) Szpinak gotowany 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml ( <b>S.</b> ) Pierogi z serem i kaszą gryczaną 250 g ( <b>GLU, Lak.</b> ) Surówka Colesław 200 g ( <b>Lak, SO.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
	PD					Chrupki kukurydziane 20 g		Chrupki kukurydziane 20 g		
	Kolacja	chleb mieszany psz.-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 25 g ( <b>GLU.</b> ) Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Ogórek zielony 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Sok owocowo-warzywny 200 ml	chleb mieszany psz.-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Sok owocowo-warzywny 200 ml	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Sałata liść 35 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Sok owocowo-warzywny 200 ml	Chleb pszenno-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt ( <b>Lak.</b> )	chleb razowy, żytni 100 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt ( <b>Lak.</b> )	chleb razowy, żytni 100 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt ( <b>Lak.</b> )	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> ) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny szt 1 szt ( <b>Lak.</b> )	chleb mieszany psz.-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g ( <b>S.</b> ) Sałata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Sok owocowo-warzywny 200 ml	chleb mieszany psz.-żytni 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Serek topiony 30 g ( <b>Lak.</b> ) ser żółty pełnotłusty 50 g ( <b>Lak.</b> ) Ogórek zielony 100 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Sok owocowo-warzywny 200 ml
Posiłek nocny							Chleb razowy 30 g ( <b>GLU.</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 25 g			



		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA
02.06.2024 niedziela	Śniadanie	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb razowy, żyłt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Polędwica z indyka 50 g Paróweczka drobiowa 1szt. 70 g ( <b>GLU, S<i>j</i>.</b> ) Pomidor 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Polędwica z indyka 50 g Paróweczka drobiowa 1szt. 70 g ( <b>GLU, S<i>j</i>.</b> ) Pomidor 100 g Masło 82% 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Polędwica z indyka 50 g Pomidor bez skóry 100 g jabłko pieczone 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml ( <b>S.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Polędwica z indyka 50 g Pomidor bez skóry 100 g jabłko pieczone 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb razowy, żyłt. 100 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Polędwica z indyka 50 g Paróweczka drobiowa 1szt. 70 g ( <b>GLU, S<i>j</i>.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyłt. 100 g ( <b>GLU.</b> ) Polędwica z indyka 50 g Paróweczka drobiowa 1szt. 70 g ( <b>GLU, S<i>j</i>.</b> ) Pomidor 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	chleb razowy, żyłt. 50 g ( <b>GLU.</b> ) Polędwica z indyka 50 g Paróweczka drobiowa 1szt. 70 g ( <b>GLU, S<i>j</i>.</b> ) Pomidor 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml ( <b>S.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb razowy, żyłt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Polędwica z indyka 50 g Paróweczka drobiowa 1szt. 70 g ( <b>GLU, S<i>j</i>.</b> ) Pomidor 100 g masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml ( <b>Lak.</b> ) chleb mieszany psz.-żyłt. 50 g ( <b>GLU.</b> ) chleb razowy, żyłt. 25 g ( <b>GLU.</b> ) masło extra 10 g ( <b>Lak.</b> ) Jajo gotowane 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Twaróg z zieleiną 50 g ( <b>Lak.</b> ) Pomidor 100 g Herbata czarna niskosłodzona 250 ml
	2. śniadanie	Twaróg 100 g ( <b>Lak.</b> )							Jabłko 150 g	
	Obiad	Zupa Rosół z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S.</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Kasza gryczana 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S.</b> ) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S.</b> ) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S.</b> ) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Kasza gryczana 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S.</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Kasza gryczana 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S.</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Kasza gryczana 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S.</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Kasza gryczana 200 g ( <b>GLU.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Rosół z makaronem 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S.</b> ) Gulasz wieprzowy, dieta 150 g ( <b>GLU, S.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa rosół z makaronem na wywarze warzywnym 350 ml ( <b>GLU, JAJ, S.</b> ) Kopytka z masłem 250 g ( <b>GLU, JAJ, Lak.</b> ) Sos jarzynowy 50 g ( <b>GLU, S.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
	PD				herbatniki 30 g ( <b>GLU, JAJ, Lak.</b> )		Mandarynka 100 g			

		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s ż 4	Bogatoresztkowa 5	Z or. łat. przys. węgl. 6A	Ubogoenergetyczna 8	BEZMLECZNA	WEGETARIAŃSKA
02.06.2024 niedziela	Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g ( <u>GLU.</u> ) bułka pszenna wrocławska 25 g ( <u>GLU.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 100 g ( <u>Lak. G. Se. SO.</u> ) Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <u>GLU.</u> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <u>GLU.</u> ) szynka gotowana wieprzowa 50 g Sałatka brokułowa z olejem 100 g Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <u>GLU.</u> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <u>GLU.</u> ) szynka gotowana wieprzowa 50 g Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <u>GLU.</u> ) bułka pszenna wrocławska 50 g ( <u>GLU.</u> ) szynka gotowana wieprzowa 50 g Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	chleb razowy, żyt. 100 g ( <u>GLU.</u> ) szynka gotowana wieprzowa 50 g Sałatka brokułowa z olejem 100 g Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	chleb razowy, żyt. 100 g ( <u>GLU.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka brokułowa z olejem 100 g Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	chleb razowy, żyt. 50 g ( <u>GLU.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka brokułowa z olejem 100 g Sałata liść 15 g Mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 50 g ( <u>GLU.</u> ) bułka pszenna wrocławska 25 g ( <u>GLU.</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sałatka brokułowa z olejem 100 g Sałata liść 15 g Sałatka brokułowa z olejem 100 g Sałata liść 15 g margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml	bułka pszenna wrocławska 50 g ( <u>GLU.</u> ) chleb mieszany psz.-żyt. 25 g ( <u>GLU.</u> ) Sałatka brokułowa z sosem jogurtowym 100 g ( <u>Lak. G. Se. SO.</u> ) Sałata liść 15 g Ser żółty 30 g ( <u>Lak.</u> ) margaryna / mix do smarowania 10 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml
	Posilek nocny						Chleb razowy 25 g ( <u>GLU.</u> ) szynka gotowana wieprzowa 30 g			

### **Oznaczenia alergenów:**

GLU - Zboża zawierające gluten (pszenica, jęczmień, żyto, owies, orkisz, kamut),  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
ORZ - Orzeszki ziemne, arachidowe,  
Sj - Soja i pochodne,  
Lak - Laktoza,  
O - Orzechy i migdały,  
S - Seler i pochodne,  
G - Gorczyca i pochodne,  
Se - Nasiona sezamu i pochodne,  
SO - Siarka,  
Ł - Łubin i pochodne,  
M - Mięczaki i pochodne,

### **Oznaczenia wskaźników odż.:**

Wart. en. - Wartość energetyczna[kcal],  
Białko - Białko ogółem,  
Tłuszcz - Tłuszcz,  
Węglowodany - Węglowodany ogółem,  
Kw. tł. nasyc. o. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,  
Cholesterol - Cholesterol,  
Błonnik - Błonnik pokarmowy,  
suma cukrów p. - suma cukrów prostych,  
Sól - Sól,