

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026.07.11 sobota	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU) Serek Tartare naturalny 1 szt (7-MLE) Pomidor 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 140 g (1-GLU) Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml		Brzoskwinia 1 szt Kajzerka szt 1 szt (1-GLU, 6-SOJ) Bułka wrocławska 70 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE) Schab parowany 30 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 252,1 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 293,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,2
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU) Serek Tartare naturalny 1 szt (7-MLE) Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 40 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 50 g	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 140 g (1-GLU) Sałata z jogurtem naturalnym 120 g (7-MLE) Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE) Schab parowany 30 g Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 596,4 Białko ogółem [g] 126,4 Tłuszcz [g] 105,7 Węglowodany ogółem [g] 295,7 Błonnik pokarmowy [g] 54,7
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU) Serek Tartare naturalny 1 szt (7-MLE) Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Jogurt z owocami i konfiturą z żurawiny 200 g (7-MLE)	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 140 g (1-GLU) Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml	Brzoskwinia 1 szt	Butelczka alpejska mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ, 12-SO2) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE) Schab parowany 30 g Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 470 Białko ogółem [g] 115,4 Tłuszcz [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 303,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,2
	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU) Serek Tartare naturalny 1 szt (7-MLE) Pomidor 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Jogurt z owocami i konfiturą z żurawiny 200 g (7-MLE)	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 140 g (1-GLU) Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Brzoskwinia 1 szt	Kajzerka szt 1 szt (1-GLU, 6-SOJ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE) Schab parowany 30 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 299 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 288,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,5

2026.07.11 sobota	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek Tartare naturalny 1 szt (7-MLE) Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU) Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Jogurt z owocami i konfiturą z żurawiny 200 g (7-MLE)	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 140 g (1-GLU) Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml	Brzoskwinia 1 szt	Buleczka alpejska mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ, 12-SO2) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab parowany 50 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE) Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 538,4 Białko ogółem [g] 122,6 Tłuszcz [g] 97,8 Węglowodany ogółem [g] 310,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,2
	IMID Bogatoreszkowa 3.7A	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU) Serek Tartare naturalny 1 szt (7-MLE) Rzodkiewka 80 g Sałata 20 g Rumianek 250 g	Jogurt z owocami i konfiturą z żurawiny 200 g (7-MLE)	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 140 g (1-GLU) Sałata z jogurtem naturalnym 120 g (7-MLE) Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Brzoskwinia 1 szt	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (7-MLE) Schab parowany 30 g Papryka 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 479,5 Białko ogółem [g] 118,9 Tłuszcz [g] 99 Węglowodany ogółem [g] 291,6 Błonnik pokarmowy [g] 50,4
2026.07.12 niedziela	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 60 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 140 g Buraczki 120 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 250 ml		Arbuz 200 g Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 312,3 Białko ogółem [g] 121,3 Tłuszcz [g] 102,8 Węglowodany ogółem [g] 262,1 Błonnik pokarmowy [g] 18,7
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 60 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ogórek małosolny 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor 50 g	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza pęczak 140 g (1-GLU) Brukselka 120 g Mizeria 120 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Gruszka 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 569,4 Białko ogółem [g] 129,7 Tłuszcz [g] 121,7 Węglowodany ogółem [g] 266,8 Błonnik pokarmowy [g] 48,9

2026.07.12 niedziela	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ser biały 80 g (7-MLE) Ogórek małosolny 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE) Wafle kukurydziane 2 szt	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 140 g Mizeria 120 g (7-MLE) Kompot owocowy 250 ml	Arbuz 200 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 417,3 Białko ogółem [g] 141,6 Tłuszcz [g] 106,4 Węglowodany ogółem [g] 242,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 60 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE) Wafle kukurydziane 2 szt	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 140 g Buraczki 120 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 250 ml	Arbuz 200 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 436,1 Białko ogółem [g] 132,9 Tłuszcz [g] 105,6 Węglowodany ogółem [g] 264,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,3
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 50 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ser biały 80 g (7-MLE) Ogórek małosolny 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE) Wafle kukurydziane 2 szt	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 140 g Mizeria 120 g (7-MLE) Kompot owocowy 250 ml	Arbuz 200 g	Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Papryka 60 g Rukola 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 621,8 Białko ogółem [g] 154,5 Tłuszcz [g] 111,2 Węglowodany ogółem [g] 274,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,5
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ser biały 80 g (7-MLE) Ogórek małosolny 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Serek homogenizowany natur kg 150 g (7-MLE) Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza pęczak 140 g (1-GLU) Brukselka 120 g Mizeria 120 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Gruszka 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Ogórek kiszony 80 g Rukola 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 626,3 Białko ogółem [g] 147,9 Tłuszcz [g] 120,4 Węglowodany ogółem [g] 268,2 Błonnik pokarmowy [g] 45,5

2026.07.13 poniedziałek	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Płatki jęczmienne na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecka 50 g Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml		Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml		Morele 2 szt Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Salatka kuskus perłowy z kurczakiem diet. 120 g (1-GLU) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 330,6 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 350,2 Błonnik pokarmowy [g] 30
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	Płatki jęczmienne na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecka 50 g Ogórek 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski ze szczypiorkiem 60 g (7-MLE) Pomidor 50 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż brązowy 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Morele 2 szt Skyr naturalny 1 szt (7-MLE)	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Salatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Rzodkiewka 60 g Salata 10 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 664,2 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 100,1 Węglowodany ogółem [g] 336,1 Błonnik pokarmowy [g] 54,5
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Płatki jęczmienne na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecka 50 g Ogórek 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Skyr naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż 140 g Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Morele 2 szt	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Salatka kuskus perłowy z kurczakiem 100 g (1-GLU) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Rzodkiewka 60 g Salata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 398,2 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 344,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,5
	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	Płatki jęczmienne na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecka 50 g Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Skyr naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Morele 2 szt	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Salatka kuskus perłowy z kurczakiem diet. 100 g (1-GLU) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 240,8 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 60,1 Węglowodany ogółem [g] 335,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,3

2026.07.13 poniedziałek	IMID Bogatobialkowa 3.3A	Platki jęczmienne na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecka 50 g Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Ogórek 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Skyr naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż brązowy 140 g Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Morele 2 szt	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Sałatka kuskus perłowy z kurczakiem 150 g (1-GLU) Rzodkiewka 60 g Salata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 634,8 Białko ogółem [g] 115,7 Tłuszcz [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 361 Błonnik pokarmowy [g] 34,7
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	Platki jęczmienne na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecka 50 g Ogórek 80 g Salata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Skyr naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż brązowy 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Morele 2 szt	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Sałatka kuskus perłowy z kurczakiem 100 g (1-GLU) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Rzodkiewka 80 g Salata 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 322,4 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 320,2 Błonnik pokarmowy [g] 47,7
2026.07.14 wtorek	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Platki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z awokado i pietruszką 80 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 40 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml		Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza orkiszowa 140 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 120 g Kompot rabarbarowy 250 ml		Jabłko 1 szt Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Filet z indyka maślany 30 g Pasta brokułowa z serem lekka 80 g (7-MLE) Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 307,3 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 299,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,2
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	Platki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Ser mozzarella 40 g (7-MLE) Pomidor 50 g	Chłodnik z jajkiem 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 140 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 120 g Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki b/c 120 g Kompot rabarbarowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Filet z indyka maślany 30 g Pasta brokułowa z serem lekka 80 g (7-MLE) Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 485,1 Białko ogółem [g] 110,7 Tłuszcz [g] 104,2 Węglowodany ogółem [g] 278,1 Błonnik pokarmowy [g] 51,4

2026.07.14 wtorek	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Platki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym 150 g (7-MLE, 8-OWL)	Chłodnik z jajkiem 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 140 g Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki 120 g Kompot rabarbarowy 250 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pytlowy 60 g Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Filet z indyka maślany 50 g Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 227,5 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 285,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,1
	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	Platki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z awokado i pietruszką 80 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym 150 g (7-MLE, 8-OWL)	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza orkiszowa 140 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 120 g Kompot rabarbarowy 250 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pytlowy 60 g Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Filet z indyka maślany 50 g Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 248,8 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 299,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	Platki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 50 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym 150 g (7-MLE, 8-OWL)	Chłodnik z jajkiem 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 140 g Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki 120 g Kompot rabarbarowy 250 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pytlowy 60 g Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Filet z indyka maślany 50 g Pasta brokułowa z serem lekka 80 g (7-MLE) Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 355,7 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 296,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	Platki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Papryka 80 g Salata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym b/c 150 g (7-MLE, 8-OWL)	Chłodnik z jajkiem 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 140 g Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki b/c 120 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 120 g Kompot rabarbarowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Filet z indyka maślany 50 g Pomidor 80 g Szpinak baby 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 132,1 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 251,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,6

2026.07.15 środa	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Kasza manna na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 50 g (1-GLU) Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g		Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kluski leniwe 260 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 250 ml		Melon Kantalupe 150 g Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 476,7 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 90,1 Węglowodany ogółem [g] 325,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,6
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	Płatki żytnie na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 50 g (1-GLU) Ogórek 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany z papryką 60 g (7-MLE) Pomidor 50 g	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Kasza orkiszowa 140 g Surówka z pora (z olejem) b/c 120 g Kalafior 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 665,4 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 123,1 Węglowodany ogółem [g] 282,1 Błonnik pokarmowy [g] 52,7
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Kasza manna na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 50 g (1-GLU) Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Jogurt owocowy z ananasem i miętą 200 g (7-MLE)	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Kluski leniwe 260 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 250 ml	Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 550,5 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 96,6 Węglowodany ogółem [g] 321,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	Kasza manna na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 50 g (1-GLU) Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Jogurt owocowy z ananasem i miętą 200 g (7-MLE)	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kluski leniwe 260 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 250 ml	Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 519,2 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 96,2 Węglowodany ogółem [g] 320,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,9
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	Kasza manna na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 50 g (1-GLU) Jajko 1 szt (3-JAJ) Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Jogurt owocowy z ananasem i miętą 200 g (7-MLE)	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Kluski leniwe 260 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 250 ml	Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Kaziuk 50 g (1-GLU) Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 758,5 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 109,4 Węglowodany ogółem [g] 330,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,9

2026.07.15 środa	IMID Bogatoreszlikowa 3.7A	Płatki żytnie na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 50 g (1-GLU) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Rumianek 250 g	Jogurt owocowy z ananasem i miętą 200 g (7-MLE)	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Kasza orkiszowa 140 g Kalafior 120 g Surówka z pora (z olejem) b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g (4-RYB, 7-MLE) Kaziuk 30 g (1-GLU) Ogórek kiszony 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 465,7 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 113,1 Węglowodany ogółem [g] 263,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,6
	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Płatki jęczmienne na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 80 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem lekka 120 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z indyka 30 g (1-GLU) Hummus buraczkowy z czarnuszką 80 g Marchewka słupek. 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml Nektarynka 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 355,3 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 81,6 Węglowodany ogółem [g] 319,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	Płatki jęczmienne na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 80 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Pomidor 50 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU) Surówka z kapusty pekińskiej b/c 120 g (3-JAJ, 7-MLE) Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z indyka 30 g (1-GLU) Hummus buraczkowy z czarnuszką 80 g Marchewka słupek. 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 480,8 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 299,4 Błonnik pokarmowy [g] 50,1
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Płatki jęczmienne na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 80 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Szarlotka mascarpone 125 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zraz po staropolsku 100 g (1-GLU, 10-GOR) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g (3-JAJ) Kompot owocowy 250 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z indyka 30 g (1-GLU) Hummus buraczkowy z czarnuszką 80 g Marchewka słupek. 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 348,9 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 320,8 Błonnik pokarmowy [g] 32

2026.07.16 czwartek	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	Platki jęczmienne na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 80 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Szarlotka mascarpone 125 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem lekka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z indyka 30 g (1-GLU) Hummus buraczkowy z czarnuszką 80 g Marchewka słupki. 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 453,1 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 325,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	IMID Bogatobiłkowa 3.3A	Platki jęczmienne na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 80 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 50 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Szarlotka mascarpone 125 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zraz po staropolsku 100 g (1-GLU, 10-GOR) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g (3-JAJ) Kompot owocowy 250 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z indyka 50 g (1-GLU) Hummus buraczkowy z czarnuszką 80 g Marchewka słupki. 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 445,9 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 328,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
	IMID Bogatoręszkowa 3.7A	Platki jęczmienne na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 80 g (7-MLE) Krakowska sucha extra 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza jęczmienna 140 g (1-GLU) Surówka z kapusty pekińskiej b/c 120 g (3-JAJ, 7-MLE) Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z indyka 30 g (1-GLU) Hummus buraczkowy z czarnuszką 80 g Marchewka słupki 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 125,4 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 282,2 Błonnik pokarmowy [g] 46,6
2026.07.17 piątek	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Zacierka na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 80 g (7-MLE) Szynka bankietowa 30 g (1-GLU) Pomidor 60 g Mix sałat 10 g Herbata z cukrem 250 ml		Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g (9-SEL) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta jajeczna z natką diet. 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Połędwica z piersi indyka 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 262,4 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 291,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,2

2026.07.17 piątek

IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	Platki żytnie na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 80 g (7-MLE) Szynka bankietowa 30 g (1-GLU) Papryka 60 g Mix salat 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Kaziuk 40 g (1-GLU) Ogórek 50 g	Zupa minestrone z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż brązowy 140 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej b/c 120 g Jarzynka z koperkiem 120 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Polędwica z piersi indyka 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ogórek kiszony 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 552 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 102 Węglowodany ogółem [g] 311,9 Błonnik pokarmowy [g] 56,1
IMID Podstawowa Dzieci 1B	Zacierka na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 80 g (7-MLE) Szynka bankietowa 30 g (1-GLU) Papryka 60 g Mix salat 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Jogurt z liofilizowaną maliną, suszonym bananem i migdałami 150 g (7-MLE)	Zupa minestrone z łazankami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna panierowana 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 120 g Kompot owocowy 250 ml	Banan 1 szt	Chleb pyłowy 60 g Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Polędwica z piersi indyka 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ogórek kiszony 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 349,4 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 305,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	Zacierka na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 80 g (7-MLE) Szynka bankietowa 30 g (1-GLU) Pomidor 60 g Mix salat 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g (9-SEL) Kompot owocowy 250 ml	Banan 1 szt	Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Pasta jajeczna z natką diet. 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Polędwica z piersi indyka 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 273,6 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 78,1 Węglowodany ogółem [g] 302,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
IMID Bogatobiałkowa 3.3A	Zacierka na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka bankietowa 50 g (1-GLU) Serek wiejski z koperkiem 80 g (7-MLE) Papryka 60 g Mix salat 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Jogurt z liofilizowaną maliną, suszonym bananem i migdałami 200 g (7-MLE)	Zupa minestrone z łazankami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna panierowana 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 120 g Kompot owocowy 250 ml	Banan 1 szt	Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Polędwica z piersi indyka 50 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ogórek kiszony 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 482,6 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 89,8 Węglowodany ogółem [g] 319 Błonnik pokarmowy [g] 27,5

2026.07.17 piątek	IMID Bogatoreszkłowa 3.7A	Platki żytnie na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 80 g (7-MLE) Szynka bankietowa 30 g (1-GLU) Papryka 80 g Mix salat 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Jogurt z liofilizowaną maliną, suszonym bananem i migdałami 150 g (7-MLE)	Zupa minestrone z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż brązowy 140 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej b/c 120 g Jarzynka z koperkiem 120 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g (3-JAJ) Poledwica z piersi indyka 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ogórek kiszony 80 g Salata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 304,2 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 288,3 Błonnik pokarmowy [g] 49,8
	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (1-GLU) Twarożek z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml		Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 140 g (1-GLU) Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od szwagra 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 222,6 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 73,7 Węglowodany ogółem [g] 306,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (1-GLU) Twarożek z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Ogórek 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 40 g Papryka 50 g	Zupa pejzanka z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 140 g (1-GLU) Brokuły 120 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Gruszka 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od szwagra 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 550 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 99,9 Węglowodany ogółem [g] 306,4 Błonnik pokarmowy [g] 53,9
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (1-GLU) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (7-MLE) Ogórek 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Koktajl snickers 200 g (7-MLE)	Zupa pejzanka z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 140 g (1-GLU) Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Rogalik maślany 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka od szwagra 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 463,1 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 89,9 Węglowodany ogółem [g] 312,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,8

2026.07.18 sobota	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (1-GLU) Twarożek z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Koktajl snickers 200 g (7-MLE)	Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 140 g (1-GLU) Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Rogalik maślany 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szyńka od szwagra 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 539,5 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 92,6 Węglowodany ogółem [g] 326,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,8
	IMID Bogatobialkowa 3.3A	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 50 g (1-GLU) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (7-MLE) Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Koktajl snickers 200 g (7-MLE)	Zupa pejzanka z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 140 g (1-GLU) Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Rogalik maślany 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Ser żółty 50 g (7-MLE) Szyńka od szwagra 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 679 Białko ogółem [g] 122,6 Tłuszcz [g] 103,2 Węglowodany ogółem [g] 321,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (1-GLU) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g (7-MLE) Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Koktajl snickers 200 g (7-MLE)	Zupa pejzanka z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 140 g (1-GLU) Brokuły 120 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Gruszka 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szyńka od szwagra 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 472,4 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 100,9 Węglowodany ogółem [g] 294,3 Błonnik pokarmowy [g] 49,2
2026.07.19 niedziela	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE) Pyzdra schabowa 30 g Pomidor 60 g Rozszponka 10 g Herbata z cukrem 250 ml		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Ziemniaki 140 g Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g (1-GLU) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml Kiwi 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 169,8 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 87,3 Węglowodany ogółem [g] 252 Błonnik pokarmowy [g] 20,6

2026.07.19 niedziela

IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (7-MLE) Pyzdra schabowa 30 g Papryka 60 g Roszponka 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka bez dodatku "e" 40 g Pomidor 50 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Kasza orkiszowa 140 g Kalańior 120 g Sałata lodowa z sosem vinegret 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g (1-GLU) Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 485,9 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 124,1 Węglowodany ogółem [g] 225,2 Błonnik pokarmowy [g] 46,6
IMID Podstawowa Dzieci 1B	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE) Pyzdra schabowa 30 g Papryka 60 g Roszponka 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Ziemniaki 140 g Marchewka z groszkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g (1-GLU) Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 897,7 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 233,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 30 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE) Pyzdra schabowa 30 g Pomidor 60 g Roszponka 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Ziemniaki 140 g Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 30 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g (1-GLU) Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 921,3 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 239,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,6
IMID Bogatobiałkowa 3.3A	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 30 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 80 g (7-MLE) Pyzdra schabowa 50 g Papryka 60 g Roszponka 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Ziemniaki 140 g Marchewka z groszkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 30 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g (1-GLU) Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 168,4 Białko ogółem [g] 109,8 Tłuszcz [g] 87,3 Węglowodany ogółem [g] 245,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,2

2026.07.19 niedziela	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (7-MLE) Pyzdra schabowa 30 g Papryka 80 g Roszponka 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Kasza orkiszowa 140 g Kalańior 120 g Sałata lodowa z sosem vinegret 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g (1-GLU) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 028,7 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 90,8 Węglowodany ogółem [g] 210,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,8
	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Platki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 30 g (1-GLU) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana morelami suszonymi 100 g Sos morelowy 60 g Kasza kuskus 140 g (1-GLU) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 120 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pasta z tuńczyka diet. 80 g (4-RYB, 7-MLE) Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml Brzoskwinia 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 288,2 Białko ogółem [g] 98,7 Tłuszcz [g] 90,8 Węglowodany ogółem [g] 277,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	Platki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 30 g (1-GLU) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor 50 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana morelami suszonymi 100 g Kasza gryczana 140 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 120 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pasta z tuńczyka diet. 80 g (4-RYB, 7-MLE) Ogórek małosolny 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 442,8 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 107,1 Węglowodany ogółem [g] 258,3 Błonnik pokarmowy [g] 48,8
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Platki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 50 g (1-GLU) Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kefir 1 szt (7-MLE) Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana morelami suszonymi 100 g Sos morelowy 60 g Kasza kuskus 140 g (1-GLU) Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pasta z tuńczyka diet. 80 g (4-RYB, 7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Ogórek małosolny 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 253,4 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 284,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,7

2026.07.20 poniedziałek	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 50 g (1-GLU) Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kefir 1 szt (7-MLE) Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana morelami suszonymi 100 g Sos morelowy 60 g Kasza kuskus 140 g (1-GLU) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 120 g Kompot owocowy 250 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Pasta z tuńczyka diet. 80 g (4-RYB, 7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 339,8 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 307 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	IMID Bogatobiłkowa 3.3A	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 50 g (1-GLU) Ser mozzarella kulki mini 50 g (7-MLE) Rzodkiewka 60 g Salata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kefir 1 szt (7-MLE) Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana morelami suszonymi 100 g Sos morelowy 60 g Kasza kuskus 140 g (1-GLU) Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 30 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pasta z tuńczyka diet. 80 g (4-RYB, 7-MLE) Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 545,5 Białko ogółem [g] 116,9 Tłuszcz [g] 95,2 Węglowodany ogółem [g] 315,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
	IMID Bogatorzeszkowa 3.7A	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 50 g (1-GLU) Rzodkiewka 80 g Salata 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Maślanka 1 szt (7-MLE)	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana morelami suszonymi 100 g Sos morelowy 60 g Kasza gryczana 140 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 120 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pasta z tuńczyka diet. 80 g (4-RYB, 7-MLE) Ogórek małosolny 80 g Salata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 234,4 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 89,2 Węglowodany ogółem [g] 240,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,8

Oznaczenia alergenów:

- 1-GLU - Zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany hybrydowe, a także prod. pochodne,
- 2-SKO - Skorupiaki i produkty pochodne,
- 3-JAJ - Jaja i produkty pochodne,
- 4-RYB - Ryby i produkty pochodne,
- 5-OZI - Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
- 6-SOJ - Soja i produkty pochodne,
- 7-MLE - Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
- 8-OWŁ - Orzechy tj. migdały, laskowe, włoskie, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia lub Queensland, a także produkty pochodne.,
- 9-SEL - Seler i produkty pochodne,
- 10-GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
- 11-SEZ - Nasiona sezamu i produkty pochodne,
- 12-S02 - Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr,
- 13-ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
- 14-MIĘ - Mięczaki i produkty pochodne,