

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2024-05-01 środa	IMiD Lekkostrawna 2C Kobiety	Kasza manna na mleku 300 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 50 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Serek homogenizowany z pomidorami 80 g (MLE) Pyszdra szynkowa 20 g (GLU) Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (MLE, GLU, SEL) Medalion wieprzowy 110 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna 140 g (GLU) Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenny 50 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Salatka kalafiorowa z jajkiem diet. 100 g (JAJ) Szynka tostowa z kurcząt 20 g (GLU) Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 101,6 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 251,4
2024-05-02 czwartek	IMiD Lekkostrawna 2C Kobiety	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 50 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka od szwagra 40 g (GLU) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Zupa ryżanka z pomidorami pelati 300 ml (SEL) Kartacze z mięsem 3 szt (GLU) Bukiet warzyw 3-ski. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenny 50 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka z indyka 20 g (GLU) Serek wiejski z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 986,4 Białko ogółem [g] 70,8 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 285
2024-05-03 piątek	IMiD Lekkostrawna 2C Kobiety	Kasza jaglana na mleku 300 g (MLE) Chleb pszenny 50 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Pasta kalafiorowa diet. 80 g (MLE) Schab na kartki 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 300 ml (MLE, GLU, SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 80 g (RYB) Sos koperkowy 60 g (GLU) Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g (SEL) Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenny 50 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Łopatką z pietruszką 20 g (GLU) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (MLE, JAJ) Ziemniaki 140 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 963,6 Białko ogółem [g] 74,7 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 272,3
2024-05-04 sobota	IMiD Lekkostrawna 2C Kobiety	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 70 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Pyszdra schabowa 40 g Serek wiejski z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Zupa z soczewicy czerwonej diet. 300 ml (SEL) Pieczeń ryżmiska 80 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Kasza bulgur 140 g (GLU) Marchewka talarki mix 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenny 50 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 40 g (GLU) Twarożek z oliwkami 80 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 958 Białko ogółem [g] 100,4 Tłuszcz [g] 70,7 Węglowodany ogółem [g] 236,1
2024-05-05 niedziela	IMiD Lekkostrawna 2C Kobiety	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 70 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Polędwica z piersi indyka 60 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (MLE, GLU, SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (GLU) Ziemniaki 140 g Kalafior 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenny 50 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka bankietowa 40 g (GLU) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 124,8 Białko ogółem [g] 112,5 Tłuszcz [g] 91,2 Węglowodany ogółem [g] 249,2
2024-05-06 poniedziałek	IMiD Lekkostrawna 2C Kobiety	Płatki jęczmienne na mleku 300 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 50 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka od szwagra 20 g (GLU) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml (MLE, SEL) Filet z indyka pieczony 80 g Sos szpinakowy 60 g (MLE) Makaron kokardki 140 g (GLU) Salatka z buraka diet. 100 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenny 50 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka na kartki Nikpol 20 g Salatka szwabska diet. 100 g (GLU, JAJ) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 942,6 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 61,7 Węglowodany ogółem [g] 272,5
2024-05-07 wtorek	IMiD Lekkostrawna 2C Kobiety	Kasza jaglana na mleku 300 g (MLE) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Chleb pszenny 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka bankietowa 20 g (GLU) Serek homogenizowany natur kg 80 g (MLE) Dżem szt 1 szt Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Zupa selerowa z kaszą bulgur 300 ml (GLU, SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 80 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Ziemniaki 140 g Kalafior 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Pierś z kurzej pólki 20 g (GLU) Pyszdra schabowa 20 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 912 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 260,2

2024-05-08 środa	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 50 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Kaziuk 20 g Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (SEL) Wieprzowina duszona 80 g Sos z pomidorów pelati 60 g Kopytka 140 g (GLU, JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenny 50 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Łopatka z pietruszką 20 g (GLU) Serek wiejski 80 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 944,1 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 249,1
2024-05-09 czwartek	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Platki jęczmienne na mleku 300 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 50 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szyńka z indyka 20 g (GLU) Serek homogenizowany z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 80 g Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Ziemniaki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chleb pszenny 50 g (GLU) Bułka wrocławska 30 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g (GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 773,3 Białko ogółem [g] 78,4 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 240,3
2024-05-10 piątek	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Ryż na mleku 300 g (MLE) Chleb pszenny 70 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Pierś z kurzej pólki 40 g (GLU) Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Zupa pejzanka 300 ml (MLE, SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (MLE) Kompot owocowy 250 ml	Bułka wrocławska 50 g (GLU) Chleb pszenny 70 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Pasta jajeczna 80 g (JAJ) Pyzdra schabowa 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 092,7 Białko ogółem [g] 82,8 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 283,7

Oznaczenia alergenów:

- MLE* - *Białko mleka krowiego,*
- GLU* - *Gluten,*
- JAJ* - *Jaja kurze,*
- OZI* - *Orzechy ziemne,*
- OAR* - *Orzechy archaidowe,*
- OWŁ* - *Orzechy włoskie,*
- SEL* - *Seler,*
- S02* - *Dwutlenek siarki / siarczyny,*
- RYB* - *Ryby,*
- SKO* - *Skorupiaki,*
- MIE* - *Mięczaki,*
- SOJ* - *Soja,*
- STR* - *Rośliny strączkowe,*
- GOR* - *Gorczyca i produkty pochodne,*
- SEZ* - *Ziarno sezamu,*
- ŁUB* - *Łubin i produkty pochodne,*