

		1	3	5	7
		Śniadanie	Obiad	Kolacja	SUMA
2025-09-01 poniedziałek	IMiD Lekkostrawna 2C Kobiety	Platki owsiane na mleku (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Pyzdra szynkowa Serek homogenizowany z natką pietruszki (7-MLE) Pomidor Sałata lodowa Herbata z cukrem	Zupa koperkowa z ziemniakami (7-MLE, 9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skł. Kompot owocowy	Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Szynka na kartki Pomidor Sałata Herbata z cukrem	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 146,9 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 282,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
2025-09-02 wtorek	IMiD Lekkostrawna 2C Kobiety	Platki jęczmienne na mleku (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Kurczak gotowany z kunej półki Pomidor Szpinak baby Herbata owocowa z cukrem	Zupa jarzynowa z kaszą bulgur (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Polędwiczka wieprzowa z jabłkami Sos jasny z ziołami prowansalskimi (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka Kompot owocowy	Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb pytlowy Masło (7-MLE) Łopatka z pietruszką (1-GLU) Sałatka makaronowa z wędliną i warzywami diet. (1-GLU, 7-MLE) Pomidor Sałata lodowa Herbata z cukrem	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 093,7 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 294,3 Błonnik pokarmowy [g] 29
2025-09-03 środa	IMiD Lekkostrawna 2C Kobiety	Kasza manna na mleku (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Twarożek z awokado i pietruszką (7-MLE) Szynkowa extra (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor Sałata Herbata z cukrem	Barszcz biały z ziemniakami (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca (1-GLU) Sos ziołowy (1-GLU) Kasza jęczmienna (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka Kompot owocowy	Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt (1-GLU) Pomidor Sałata Herbata z cukrem	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 371,4 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 90,9 Węglowodany ogółem [g] 302,3 Błonnik pokarmowy [g] 25
2025-09-04 czwartek	IMiD Lekkostrawna 2C Kobiety	Kasza jaglana na mleku (7-MLE) Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Ser biały (7-MLE) Filet z indyka maślany Pomidory koktajlowe Herbata z cukrem Miód szt.	Zupa selerowa z ryżem (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. (1-GLU) Ziemniaki Marchewka gotowana mini Kompot owocowy	Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Krakowska sucha extra (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor Sałata lodowa Herbata owocowa z cukrem	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 246,8 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 286,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,7
2025-09-05 piątek	IMiD Lekkostrawna 2C Kobiety	Platki owsiane na mleku (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Kaziuk (1-GLU) Pomidor Sałata Herbata z cukrem	Zupa z cukinii z ziemniakami (7-MLE, 9-SEL) Pulpet rybny (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy jasny (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur (1-GLU) Szpinak (1-GLU) Kompot owocowy	Chleb pytlowy Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Szynka z piersi kurczaka (1-GLU) Hummus buraczkowy Pomidor Sałata Herbata z cukrem	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 291,3 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 302,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
2025-09-06 sobota	IMiD Lekkostrawna 2C Kobiety	Kawa mleczna (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Pierś z kunej półki (1-GLU) Ser biały (7-MLE) Pomidor Sałata Rumianek	Zupa kalafiorowa (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami Kasza kuskus (1-GLU) Sos rozmarynowy (1-GLU) Marchewka gotowana Kompot owocowy	Kajzerka (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Szynka naturalna ze straganu Pomidor Sałata lodowa Herbata z cukrem	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 043,3 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 273,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,1

2025-09-07 niedziela	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Kakao (7-MLE) Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Poledwica z piersi indyka (1-GLU) Pomidor Sałata Herbata z cukrem	Rosół z makaronem (1-GLU, 9-SEL) Karkówka pieczona Sos ziołowy (1-GLU) Ziemniaki Surówka z pomidora b/cebuli Kompot owocowy	Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Serek homogenizowany z natką pietruszki (7-MLE) Pomidor Sałata Herbata z cukrem	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 015 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 245,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,6
2025-09-08 poniedziałek	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Ryż brązowy na mleku (7-MLE) Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Wieprzowina z zapiecka (1-GLU) Pomidor Sałata Herbata z cukrem	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati (9-SEL) Medalion drobiowy z puree z marchewki Kasza jęczmienna (1-GLU) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki Kompot owocowy Sos potrawkowy (1-GLU, 9-SEL)	Grahamka mini (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Sałatka szwabska diet. (1-GLU, 3-JAJ) Szynkowa extra (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor Sałata Herbata owocowa z cukrem	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 774,9 Białko ogółem [g] 75,8 Tłuszcz [g] 59,2 Węglowodany ogółem [g] 248,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
2025-09-09 wtorek	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Płatki owsiane na mleku (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Twarożek miętowy (7-MLE) Szynka Natura Lukullus Pomidor Herbata z cukrem	Zupa dyniowa z ziemniakami (7-MLE, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. (1-GLU) Kluski śląskie (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy Sos pieczeniowy diet. (1-GLU)	Chleb pytlowy Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Filet z indyka maślany Pomidor Szpinak baby Herbata z cukrem	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 250,8 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 297,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
2025-09-10 środa	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	Kasza jaglana na mleku (7-MLE) Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt (1-GLU) Pomidor Sałata lodowa Rumianek	Zupa cukiniowo pomidorowa z makaronem muszelki (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony Sos potrawkowy (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki Surówka z marchwi i jabłka Kompot owocowy	Chleb pszenny (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska (1-GLU) Masło (7-MLE) Sałatka ryżowa z warzywami i szynką lekkostrawna (1-GLU, 3-JAJ) Schab parowany Pomidor Herbata z cukrem	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 138,1 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 83,8 Węglowodany ogółem [g] 259 Błonnik pokarmowy [g] 23,7

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,