Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-10 do dnia 2026-11-20 KUCHNIA SZPITALNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-11-10 wtorek	D01 DIETA PODSTAWOWA	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU 300 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt SZYNKA PIASTOWSKA 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g OGÓREK ŚWIEŻY 100 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g		ZUPA RYWALKA 300 ml KOPYTKA 200 g SOS PIECZARKOWY 150 ml MARCHEW GOTOWANA OPRÓSZANA Z GROSZKIEM 100 g SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Z JABŁKIEM 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml		CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SCHAB WP. PIECZONY 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g RZODKIEW BIAŁA 100 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	KEFIR NATURALNY 1,8% TŁ 150 ml 1 Por MANDARYNKA 1SZT 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 054,5** **Białko ogółem [g] 90,3** **Tłuszcz ogółem [g] 44** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 15** **Węglowodany ogółem [g] 314,1** **w tym cukry proste [g] 63,8** **Błonnik pokarmowy [g] 33,9** **Sód [mg] 2 371,8**
	DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU 300 ml BUŁKA WROCŁAWSKA 80 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA PIASTOWSKA 70 g JABŁKO PIECZONE 1 SZT 150 g SAŁATA MASŁOWA 5 g		ZUPA KRUPNIK JĘCZMIENNY Z ZIEMNIAKAMI 300 ml PAŁKI Z KURCZAKA PIECZONE B/SKÓRY 2 SZTUKI 150 g SOS ZIOŁOWY 50 ml ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g CUKINIA DUSZONA 150 KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml		BUŁKA WROCŁAWSKA 80 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA DROBIOWA Z KURCZAKA 70 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SAŁATA MASŁOWA 5 g CYKORIA 40 g	KEFIR NATURALNY 1,8% TŁ 150 ml 1 Por MANDARYNKA 1SZT 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 795,8** **Białko ogółem [g] 81** **Tłuszcz ogółem [g] 52,9** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 12,1** **Węglowodany ogółem [g] 256,8** **w tym cukry proste [g] 61,3** **Błonnik pokarmowy [g] 22,2** **Sód [mg] 2 578,6**
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA PIASTOWSKA 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g OGÓREK ŚWIEŻY 100 g	KANAPKA Z CHL. RAZ M.R,SAŁ.50G,POL.SOP.DR.20G,POM30G 1 Por	ZUPA RYWALKA 300 ml PAŁKI Z KURCZAKA PIECZONE B/SKÓRY 2 SZTUKI 150 g SOS ZIOŁOWY 50 ml ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g CUKINIA DUSZONA 100 g SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Z JABŁKIEM 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml	SEREK WIEJSKI 1 SZT. 1 szt KIWI 1 szt	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SCHAB WP. PIECZONY 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g RZODKIEW BIAŁA 100 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	SOS JOGURTOWO KOPERKOWY 20 g SŁUPKI WARZYW KALAREPA, MARCHEW 100 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 399,4** **Białko ogółem [g] 117,4** **Tłuszcz ogółem [g] 59,3** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 21** **Węglowodany ogółem [g] 305,6** **w tym cukry proste [g] 57,6** **Błonnik pokarmowy [g] 39,7** **Sód [mg] 2 955**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

2026-11-10 wtorek	P01/2 DIETA PODSTAWOWA DLA DZIECI 4-9 LAT	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU 200 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt SZYNKA PIASTOWSKA 45 g SAŁATA MASŁOWA 5 g OGÓREK ŚWIEŻY 70 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	Sok jabłkowo-marchwiowy sztuka 1 szt	ZUPA RYWALKA 200 PAŁKI Z KURCZAKA PIECZONE B/SKÓRY 2 SZTUKI 120 g SOS ZIOŁOWY 50 ml ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW GOTOWANA OPRÓSZANA Z GROSZKIEM 100 g SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Z JABŁKIEM 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml	BANAN 70 g	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SCHAB WP. PIECZONY 50 g SAŁATA MASŁOWA 5 g RZODKIEW BIAŁA 70 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	KEFIR NATURALNY 1,8% TŁ 150 ml 1 Por MANDARYNKA 1SZT 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 771,5** **Białko ogółem [g] 81,2** **Tłuszcz ogółem [g] 39,7** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 12,8** **Węglowodany ogółem [g] 260,3** **w tym cukry proste [g] 68,6** **Błonnik pokarmowy [g] 29,5** **Sód [mg] 1 826,9**
2026-11-11 środa	D01 DIETA PODSTAWOWA	PŁATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU SPOŻ 300 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SER ŻÓŁTY 70 g SAŁATA MASŁOWA 25 g DŻEM NISKOSŁODZONY 25g 1 szt		ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM 300 ml KOTLET SCHABOWY PANIEROWANY SMAŻONY 110 g SOS WŁASNY B/GLUT 50 ml ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g KOMPOT Z MIESZ OWOC Z JABŁKIEM B/CUK 250 ml CIASTO DROŻDŻOWE NISKOSŁODZONE 50 g BRUKSELKA GOTOWANA NA PARZE 100 g		CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g BUŁKA GRAHAMKA 1 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SAŁATA MASŁOWA 5 g OGÓREK KISZONY 100 g PASTA Z RYBY GOTOWANEJ (MIRUNA) Z WARZYWAMI 100 g	KISIEL Z PORZECZKĄ B/C 200 ml	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 672,4** **Białko ogółem [g] 109,1** **Tłuszcz ogółem [g] 81** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 25,5** **Węglowodany ogółem [g] 372,2** **w tym cukry proste [g] 61,8** **Błonnik pokarmowy [g] 43,5** **Sód [mg] 3 207,7**
	DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	PŁATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU SPOŻ 300 ml BUŁKA WROCŁAWSKA 80 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g TWAROŻEK Z JOGURTEM 100 g SAŁATA MASŁOWA 25 g DŻEM NISKOSŁODZONY 25g 1 szt		ZUPA WIELOWARZYWNA Z KONC. POM. Z ZIEMN DIETA 300 ml BITKA SCHABOWA GOTOWANA SZARPANA 100 g SOS WŁASNY B/GLUT 50 ml ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g MARCHEW BABY GOT NA PARZE Z OLEJEM PODANA NA ZIMNO 100 g CIASTO DROŻDŻOWE NISKOSŁODZONE 50 g KOMPOT Z MIESZ OWOC Z JABŁKIEM B/CUK 250 ml		BUŁKA WROCŁAWSKA 40 g BUŁKA KAJZERKA 1 szt MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SAŁATA MASŁOWA 5 g PASTA Z RYBY GOTOWANEJ (MIRUNA) Z WARZYWAMI 100 g POMIDOR ŚWIEŻY PARZONY BEZ SKÓRY 100 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	KISIEL Z PORZECZKĄ B/C 200 ml	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 893,9** **Białko ogółem [g] 87,9** **Tłuszcz ogółem [g] 45,8** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 13,4** **Węglowodany ogółem [g] 293,5** **w tym cukry proste [g] 59,1** **Błonnik pokarmowy [g] 29,2** **Sód [mg] 1 398,7**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

2026-11-11 środa	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SER ŻÓŁTY 70 g SAŁATA MASŁOWA 25 g	JOGURT NATURALNY 2,5% TŁ 150G 1 Por JABŁKO 1 szt	ZUPA WIELOWARZYWNA Z KONC. POM. Z ZIEMN DIETA 300 ml BITKA SCHABOWA GOTOWANA SZARPANA 100 g ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA POROWA 100 g KOMPOT Z MIESZ OWOC Z JABŁKIEM B/CUK 250 ml SOS WŁASNY B/GLUT 50 ml BRUKSELKA GOTOWANA NA PARZE 100 g	KANAPKI Z CHLEBA RAZ. SAŁATY I HUMMUSU 1 Por	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g PASTA Z RYBY GOTOWANEJ (MIRUNA) Z WARZYWAMI 100 g OGÓREK KISZONY 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g	SAŁATKA Z BROKUŁA I JAJ Z JOGURTEM NATURALNYM 150 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 299,7** **Białko ogółem [g] 109,5** **Tłuszcz ogółem [g] 60,9** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 22,3** **Węglowodany ogółem [g] 296** **w tym cukry proste [g] 60,4** **Błonnik pokarmowy [g] 43,2** **Sód [mg] 3 314,1**
	P01/2 DIETA PODSTAWOWA DLA DZIECI 4-9 LAT	PŁATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU SPOŻ 200 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt SER ŻÓŁTY 70 g SAŁATA MASŁOWA 25 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g DŻEM NISKOSŁODZONY 25g 1 szt	JABŁKO 1 szt	ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM 200 ml KOTLET SCHABOWY PANIEROWANY SMAŻONY 100 g ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g SURÓWKA POROWA 100 g SOS WŁASNY B/GLUT 30 ml BRUKSELKA GOTOWANA NA PARZE 100 g KOMPOT Z MIESZ OWOC Z JABŁKIEM B/CUK 250 ml CIASTO DROŻDŻOWE NISKOSŁODZONE 50 g	SŁUPKI MARCHEWKI 50 g	OGÓREK KISZONY 70 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 40 g BUŁKA GRAHAMKA 1 szt CYTRYNA 10 g PASTA Z RYBY GOTOWANEJ (MIRUNA) Z WARZYWAMI 50 g SAŁATA MASŁOWA 5 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt	KISIEL Z PORZECZKĄ 200 ml	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 490,5** **Białko ogółem [g] 94,5** **Tłuszcz ogółem [g] 72,7** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 22,9** **Węglowodany ogółem [g] 361,8** **w tym cukry proste [g] 83,1** **Błonnik pokarmowy [g] 43,8** **Sód [mg] 2 653**
2026-11-12 czwartek	D01 DIETA PODSTAWOWA	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU 300 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SCHAB WP. PAROWANY 70 g POMIDOR ŚWIEŻY 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g		ZUPA KAPUŚNIAK Z KAPUSTY MŁODEJ Z ZIEMNIAKAMI Z KONCENTR. POM 300 ml GULASZ Z SZYNKI WP GOT Z NATKĄ PIETRUSZKI 180 g SOS WŁASNY 50 ml KASZA GRYCZANA GOTOWANA NA SYPKO 200 g GROSZEK ZIELONY GOTOWANY NA PARZE 100 g SURÓWKA WIOSENNA 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml		CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA 70 g MIX SAŁAT Z RUKOLĄ 25 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt	BUDYŃ WANILIOWY B/C 200 ml	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 205,6** **Białko ogółem [g] 123,5** **Tłuszcz ogółem [g] 49,4** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 16,5** **Węglowodany ogółem [g] 306,6** **w tym cukry proste [g] 64,9** **Błonnik pokarmowy [g] 33,9** **Sód [mg] 2 003,4**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

2026-11-12 czwartek	DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU 300 ml BUŁKA WROCŁAWSKA 80 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 [Por] x 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SCHAB WP. PAROWANY 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g JABŁKO PIECZONE 1 SZT 150 g		ZUPA KREM Z MARCHEWKI 300 ml GULASZ Z SZYNKI WP GOT Z NATKĄ PIETRUSZKI 180 g KASZA JĘCZM PERŁOWA GOTOW NA SYPKO 200 g BURACZKI GOTOWANE OPRÓSZANE 150 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml		BUŁKA WROCŁAWSKA 80 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g CUKINIA ŚWIEŻA GOT NA PARZE Z ZIOŁAMI Z OLEJEM PODANA NA ZIMNO 100 g	BUDYŃ WANILIOWY B/C 200 ml	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 050,5** **Białko ogółem [g] 105,4** **Tłuszcz ogółem [g] 60,1** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 18,3** **Węglowodany ogółem [g] 282,6** **w tym cukry proste [g] 75,7** **Błonnik pokarmowy [g] 27,4** **Sód [mg] 1 875,5**
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt SCHAB WP. PAROWANY 70 g POMIDOR ŚWIEŻY 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	SOK POMIDOROWY 200 ML 1 szt NASIONA SŁONECZNIKA 20 g	ZUPA KAPUŚNIAK Z KAPUSTY MŁODEJ Z ZIEMNIAKAMI Z KONCENTR. POM 300 ml GULASZ Z SZYNKI WP GOT Z NATKĄ PIETRUSZKI 180 g KASZA GRYCZANA GOTOWANA NA SYPKO 200 g GROSZEK ZIELONY GOTOWANY NA PARZE 100 g SURÓWKA WIOSENNA 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml	KEFIR NATURALNY 1,8% TŁ 150 ml 1 Por MANDARYNKA 1SZT 1 szt	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA 70 g MIX SAŁAT Z RUKOLĄ 25 g	BUDYŃ WANILIOWY B/C 200 ml JABŁKO 200 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 490,1** **Białko ogółem [g] 126,1** **Tłuszcz ogółem [g] 57,2** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 16,2** **Węglowodany ogółem [g] 337,8** **w tym cukry proste [g] 91,6** **Błonnik pokarmowy [g] 45,7** **Sód [mg] 2 498**
	P01/2 DIETA PODSTAWOWA DLA DZIECI 4-9 LAT	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU 200 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SCHAB WP. PIECZONY 45 g POMIDOR ŚWIEŻY 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g	JOGURT NATURALNY 2,5% TŁ 150G 1 Por KIWI 1 szt	ZUPA KREM Z MARCHEWKI 200 ml GULASZ Z SZYNKI WP GOT Z NATKĄ PIETRUSZKI 100 g KASZA GRYCZANA GOTOWANA NA SYPKO 100 g GROSZEK ZIELONY GOTOWANY NA PARZE 100 g SURÓWKA WIOSENNA 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml	MANDARYNKA 1SZT 1 szt	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g CYTRYNA 10 g SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA 45 g MIX SAŁAT Z RUKOLĄ 25 g SAŁATA MASŁOWA 5 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt HERBATA B/C 250 ml	BUDYŃ WANILIOWY Z/C 100 ml	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 736,4** **Białko ogółem [g] 85,1** **Tłuszcz ogółem [g] 39,7** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 13,4** **Węglowodany ogółem [g] 248,6** **w tym cukry proste [g] 76,3** **Błonnik pokarmowy [g] 32,5** **Sód [mg] 1 483**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

2026-11-13 piątek	D01 DIETA PODSTAWOWA	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU 300 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g TWAROŻEK Z JOGURTEM I SZCZYPIORKIEM 100 g OGÓREK ŚWIEŻY 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g		ZUPA POROWA Z ZIEMNIAKAMI 300 ml KOTLET Z RYBY SMAŻONY 110 g ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g SOS GRECKI DUSZONY PODSTAWA 100 g SUR. Z KISZONEJ KAPUSTY 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml		PASTA DROBIOWO-WARZYWNA 100 g CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SAŁATA MASŁOWA 5 g PAPRYKA ŚWIEŻA 100 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt	GALARETKA MLECZNA TRUSKAWKOWA Z/C 200 ml	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 270,2** **Białko ogółem [g] 103,1** **Tłuszcz ogółem [g] 66,9** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 14,5** **Węglowodany ogółem [g] 303,4** **w tym cukry proste [g] 63,1** **Błonnik pokarmowy [g] 33,2** **Sód [mg] 2 099,1**
	DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU 300 ml BUŁKA WROCŁAWSKA 80 TWAROŻEK Z JOGURTEM 100 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 [Por] x 1 szt CYKORIA 40 g SAŁATA MASŁOWA 5 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g		ZUPA RYŻANKA 300 ml PULPET Z RYBY (MIRUNA) GOTOWANY) 100 g SOS ZIOŁOWY 100 ml ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g SOS GRECKI DUSZONY DIETA 150 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml		BUŁKA WROCŁAWSKA 60 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g PASTA DROBIOWO-WARZYWNA 100 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt BROKUŁY GOTOWANE Z OLEJEM 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g	GALARETKA MLECZNA TRUSKAWKOWA Z/C 200 ml	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 796,3** **Białko ogółem [g] 101** **Tłuszcz ogółem [g] 49,9** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 12,3** **Węglowodany ogółem [g] 246,1** **w tym cukry proste [g] 45** **Błonnik pokarmowy [g] 24,7** **Sód [mg] 1 367,7**
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g TWAROŻEK Z JOGURTEM I SZCZYPIORKIEM 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g OGÓREK ŚWIEŻY 100 g	KANAPKA Z CHL. RAZ 30G, M.R, SAŁ 10G, POL. SOP DR 30G 1 Por	ZUPA POROWA Z ZIEMNIAKAMI 300 ml PULPET Z RYBY (MIRUNA) GOTOWANY) 100 g ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g SOS GRECKI DUSZONY DIETA 100 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ Z OLEJEM 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml SOS ZIOŁOWY 100 ml	MAŚLANKA NATURALNA 150 ml KIWI 1 szt	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g PASTA DROBIOWO-WARZYWNA 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g PAPRYKA ŚWIEŻA 100 g	GALARETKA MLECZNA TRUSKAWKOWA Z OWOCAMI B/C 200 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 242** **Białko ogółem [g] 109,3** **Tłuszcz ogółem [g] 48,7** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 12,2** **Węglowodany ogółem [g] 306,1** **w tym cukry proste [g] 53,1** **Błonnik pokarmowy [g] 39,5** **Sód [mg] 2 377,8**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

2026-11-13 piątek	P01/2 DIETA PODSTAWOWA DLA DZIECI 4-9 LAT	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU 200 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g TWAROŻEK Z JOGURTEM I SZCZYPIORKIEM 50 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt SAŁATA MASŁOWA 5 g OGÓREK ŚWIEŻY 70 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CUK 200 ml 1 szt	KOTLET Z RYBY SMAŻONY 100 g ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 100 g SOS GRECKI DUSZONY PODSTAWA 100 g SUR. Z KISZONEJ KAPUSTY 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml ZUPA POROWA Z ZIEMNIAKAMI 200 ml	SEREK HOMO WANILIOWY 150G 1 szt GRUSZKA 1SZT 150 g	PASTA DROBIOWO-WARZYWNA 50 g CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g SAŁATA MASŁOWA 5 g PAPRYKA ŚWIEŻA 70 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	GALARETKA MLECZNA TRUSKAWKOWA Z/C 100 ml	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 953,8** **Białko ogółem [g] 74,4** **Tłuszcz ogółem [g] 53,6** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 10,1** **Węglowodany ogółem [g] 281,1** **w tym cukry proste [g] 84,1** **Błonnik pokarmowy [g] 30,1** **Sód [mg] 1 665,3**
2026-11-14 sobota	D01 DIETA PODSTAWOWA	PŁATKI JĘCZMIENNE GOTOWANE NA MLEKU 300 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt PASTA JAJECZNA 100 g POMIDOR ŚWIEŻY 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g		ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI 300 ml KLOPSIK Z SZYNKI WP GOTOWANY DIETA 100 g SOS POMIDOROWY Z WŁOSZCZYZNĄ DIETA 50 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA GOTOW NA SYPKO 200 g MARCHEW GOTOWANA OPRÓSZANA 100 g SUR. Z BURACZKÓW 100 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI BEZ CUKRU 250 ml		CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g PASZTET Z FASOLI CZERWONEJ PIECZONY 80 g SAŁATA MASŁOWA 5 g RZODKIEW BIAŁA 100 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	JOGURT NATURALNY 2,5% TŁ 150G 1 Por	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 295,5** **Białko ogółem [g] 99,4** **Tłuszcz ogółem [g] 64,4** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 19,9** **Węglowodany ogółem [g] 322,8** **w tym cukry proste [g] 59,3** **Błonnik pokarmowy [g] 42,3** **Sód [mg] 1 693,1**
	DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	PŁATKI JĘCZMIENNE GOTOWANE NA MLEKU 300 ml BUŁKA WROCŁAWSKA 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt SER BIAŁY KROJONY 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g MIÓD NATURALNY 25G 1 szt JABŁKO PIECZONE 1 SZT 150 g		ZUPA ZACIERKOWA Z ZIEMNIAKAMI 300 ml KLOPSIK Z SZYNKI WP GOTOWANY DIETA 100 g SOS POMIDOROWY Z WŁOSZCZYZNĄ DIETA 50 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA GOTOW NA SYPKO 200 g MARCHEW GOTOWANA 150 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI BEZ CUKRU 250 ml		BUŁKA WROCŁAWSKA 60 g KURCZAK Z KURNEJ PÓŁKI 70 g POMIDOR ŚWIEŻY PARZONY BEZ SKÓRY 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	JOGURT NATURALNY 2,5% TŁ 150G 1 Por	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 905,9** **Białko ogółem [g] 91,8** **Tłuszcz ogółem [g] 46,3** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 13,3** **Węglowodany ogółem [g] 291,8** **w tym cukry proste [g] 65** **Błonnik pokarmowy [g] 28,7** **Sód [mg] 1 688,3**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

2026-11-14 sobota	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g PASTA JAJECZNA 100 g POMIDOR ŚWIEŻY 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g	SEREK WIEJSKI 1SZT 200 g KALAREPA SŁUPKI 100 g	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI 300 ml KLOPSIK Z SZYNKI WP GOTOWANY DIETA 100 g SOS POMIDOROWY 50 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA GOTOW NA SYPKO 200 g SURÓWKA POROWA 100 g SZPINAK GOTOWANY 100 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI BEZ CUKRU 250 ml	SOK POMIDOROWY 200 ML 1 szt NASIONA SŁONECZNIKA 20 g	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g PASZTET Z FASOLI CZERWONEJ PIECZONY 80 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SAŁATA MASŁOWA 5 g RZODKIEW BIAŁA 100 g	JOGURT NATURALNY 2,5% TŁ 150G 1 Por POMARAŃCZA 100 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 623,4** **Białko ogółem [g] 99,5** **Tłuszcz ogółem [g] 82,1** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 22,5** **Węglowodany ogółem [g] 331,8** **w tym cukry proste [g] 60,4** **Błonnik pokarmowy [g] 50,1** **Sód [mg] 2 387,3**
	P01/2 DIETA PODSTAWOWA DLA DZIECI 4-9 LAT	PŁATKI JĘCZMIENNE GOTOWANE NA MLEKU 200 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g PASTA JAJECZNA 45 g POMIDOR ŚWIEŻY 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g	HERBATNIKI BeBe 1 szt	ZUPA BARSZCZ BIAŁY Z ZIEMNIAKAMI 200 ml KLOPSIK Z SZYNKI WP GOTOWANY 100 g SOS POMIDOROWY Z WŁOSZCZYZNĄ DIETA 50 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA GOTOW NA SYPKO 100 g SUR. Z BURACZKÓW 100 g KOMPOT Z CZARNEJ PORZECZKI BEZ CUKRU 250 ml MARCHEW GOTOWANA OPRÓSZANA 100 g	BANAN 70 g	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt KURCZAK Z KURNEJ PÓŁKI 45 g RZODKIEW BIAŁA 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	JOGURT NATURALNY 2,5% TŁ 150G 1 Por	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 853,2** **Białko ogółem [g] 78,3** **Tłuszcz ogółem [g] 50,6** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 16,6** **Węglowodany ogółem [g] 257,1** **w tym cukry proste [g] 70,2** **Błonnik pokarmowy [g] 29** **Sód [mg] 1 607,6**
2026-11-15 niedziela	D01 DIETA PODSTAWOWA	KASZA KUKURYDZIANA GOTOWANA NA MLEKU 300 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt SZYNKA ZIELONOGÓRSKA WP 70 g OGÓREK ŚWIEŻY 100 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SAŁATA MASŁOWA 5 g		ZUPA SZCZAWIOWA Z ZIEMNIAKAMI 300 ml FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY DIETA 100 g RYŻ BRĄZOWY GOTOWANY NA SYPKO 200 g SOS SŁODKO-KWAŚNY Z ANANASEM 50 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 100 g surówka meksykańska 100 g KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C 250 ml SZARLOTKA 100 g		BUŁKA GRAHAMKA 1 szt CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g SZYNKA WP NA KARTKI 70 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SAŁATA MASŁOWA 25 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	KOKTAJL JOGURTOWO-TRUSKAWKOWY B/C 200 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 375,9** **Białko ogółem [g] 104,4** **Tłuszcz ogółem [g] 63,1** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 17,5** **Węglowodany ogółem [g] 336,2** **w tym cukry proste [g] 92,5** **Błonnik pokarmowy [g] 34,5** **Sód [mg] 2 752,7**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

2026-11-15 niedziela	DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	KASZA KUKURYDZIANA GOTOWANA NA MLEKU 300 ml BUŁKA WROCŁAWSKA 80 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA ZIELONOGÓRSKA WP 70 g CYKORIA 40 g SAŁATA MASŁOWA 5 g		ZUPA GRYSIKOWA 300 ml FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY DIETA 100 g RYŻ BIAŁY GOTOWANY NA SYPKO 200 g BURACZKI W GLAZURZE PUREE GOT 150 g KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C 250 ml SOS JARZYNOWY DIETA 50 ml CIASTO DROŻDŻOWE NISKOSŁODZONE 100 g		BUŁKA WROCŁAWSKA 40 g BUŁKA KAJZERKA 1 szt SZYNKA WP NA KARTKI 70 g SAŁATA MASŁOWA 25 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	KOKTAJL JOGURTOWO-TRUSKAWKOWY B/C 200 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 049** **Białko ogółem [g] 99,8** **Tłuszcz ogółem [g] 51** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 15,8** **Węglowodany ogółem [g] 302** **w tym cukry proste [g] 55,7** **Błonnik pokarmowy [g] 17** **Sód [mg] 2 424,3**
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt SZYNKA ZIELONOGÓRSKA WP 70 g OGÓREK ŚWIEŻY 100 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	KEFIR NATURALNY 1,8% TŁ 150ML + PŁATKI OWSIANE 20G 1 Por	ROSÓŁ Z MAKARONEM RAZOWYM 300 ml FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY DIETA 100 g RYŻ BRĄZOWY GOTOWANY NA SYPKO 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 100 g SURÓWKA COLESŁAW Z OLEJEM 100 g KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C 250 ml SOS JARZYNOWY DIETA 50 ml	KANAPKA Z CHL. RAZ 30G, M.R, SAŁ 10G, POL. SOP DR 30G 1 Por	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 80 g BUŁKA GRAHAMKA 1 szt MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SZYNKA WP NA KARTKI 70 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SAŁATA MASŁOWA 25 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	KOKTAJL JOGURTOWO-TRUSKAWKOWY B/C 200 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 228,8** **Białko ogółem [g] 107,2** **Tłuszcz ogółem [g] 56,3** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 15,2** **Węglowodany ogółem [g] 290,4** **w tym cukry proste [g] 42,9** **Błonnik pokarmowy [g] 35,6** **Sód [mg] 3 228,1**
	P01/2 DIETA PODSTAWOWA DLA DZIECI 4-9 LAT	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt SZYNKA ZIELONOGÓRSKA WP 70 g OGÓREK ŚWIEŻY 70 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SAŁATA MASŁOWA 5 g	SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CUK 200 ml 1 szt	SZARLOTKA 50 g ZUPA GRYSIKOWA 200 ml FILET Z PIERSI KURCZAKA GOTOWANY DIETA 90 g RYŻ BRĄZOWY GOTOWANY NA SYPKO 100 g SOS SŁODKO-KWAŚNY Z ANANASEM 50 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 100 g SUR. MEKSYKAŃSKA 100 g KOMPOT Z JABŁKIEM I HIBISKUSEM B/C 250 ml	JOGURT NATURALNY 2,5% TŁ 150G 1 Por SŁUPKI PAPRYKI 50 g	SZYNKA WP NA KARTKI 50 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 40 g CYTRYNA 10 g SAŁATA MASŁOWA 25 [Por] x 10 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt	KOKTAJL JOGURTOWO-TRUSKAWKOWY Z/C 100 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 534,5** **Białko ogółem [g] 76,1** **Tłuszcz ogółem [g] 41,4** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 11,6** **Węglowodany ogółem [g] 202,2** **w tym cukry proste [g] 64** **Błonnik pokarmowy [g] 23,9** **Sód [mg] 1 779,2**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

2026-11-16 poniedziałek	D01 DIETA PODSTAWOWA	KASZA JAGLANA NA MLEKU 300 g CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt SER BIAŁY KROJONY 70 g POMIDOR ŚWIEŻY 100 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SAŁATA MASŁOWA 5 g		ZUPA ZIEMNIACZANA 300 ml GULASZ Z UDŹCA KURCZAKA GOT Z NATKĄ PIETR B/GLUTENU 180 g KASZA GRYCZANA GOTOWANA NA SYPKO 200 g SURÓWKA Z KAP PEK, POMID, KOPER I SOSEM WINEGRET 100 g BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI GOT NA PARZE 100 g KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA B/C 250 ml		CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g SZYNKA DROBIOWA Z KURCZAKA 70 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt PAPRYKA ŚWIEŻA 100 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SAŁATA MASŁOWA 5 g	MUS OWOCOWY B/CUKRU 180G 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 014,9** **Białko ogółem [g] 87,8** **Tłuszcz ogółem [g] 61,6** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 11,9** **Węglowodany ogółem [g] 265,4** **w tym cukry proste [g] 51,8** **Błonnik pokarmowy [g] 29,8** **Sód [mg] 1 947**
	DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	KASZA JAGLANA NA MLEKU 300 g BUŁKA WROCŁAWSKA 80 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 [Por] x 1 szt SZYNKA ZIELONOGÓRSKA WP 70 g POMIDOR ŚWIEŻY PARZONY BEZ SKÓRY 100 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SAŁATA MASŁOWA 5 g		ZUPA ZIEMNIACZANA 300 ml GULASZ Z UDŹCA KURCZAKA GOT Z NATKĄ PIETR 180 g KASZA JĘCZM PERŁOWA GOTOW NA SYPKO 200 g BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI GOT NA PARZE 150 g KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA B/C 250 ml		BUŁKA WROCŁAWSKA 80 g SZYNKA DROBIOWA Z KURCZAKA 70 g CYKORIA 40 g SAŁATA MASŁOWA 5 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt	MUS OWOCOWY B/CUKRU 180G 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 703,3** **Białko ogółem [g] 76,4** **Tłuszcz ogółem [g] 50,7** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 10,6** **Węglowodany ogółem [g] 241,6** **w tym cukry proste [g] 42,1** **Błonnik pokarmowy [g] 24,2** **Sód [mg] 2 335,1**
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SER BIAŁY KROJONY 70 g POMIDOR ŚWIEŻY 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g	MANDARYNKA 1SZT 1 szt MAŚLANKA NATURALNA 150 ml	ZUPA ZIEMNIACZANA 300 ml GULASZ Z UDŹCA KURCZAKA GOT Z NATKĄ PIETR 180 g KASZA GRYCZANA GOTOWANA NA SYPKO 200 g SURÓWKA WARZYWNA Z JOGURTEM NATUR 100 g KALAFIOR GOTOWANY Z OLEJEM 100 g KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA B/C 250 ml	SŁUPKI WARZYW KALAREPA, MARCHEW 100 g SOS JOGURTOWO KOPERKOWY 20 g	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA DROBIOWA Z KURCZAKA 70 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt PAPRYKA ŚWIEŻA 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g	SOK POMIDOROWY 200 ML 1 szt NASIONA SŁONECZNIKA 20 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 191,2** **Białko ogółem [g] 91,9** **Tłuszcz ogółem [g] 65,4** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 12,3** **Węglowodany ogółem [g] 278,7** **w tym cukry proste [g] 52,6** **Błonnik pokarmowy [g] 40,2** **Sód [mg] 2 574,2**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

2026-11-16 poniedziałek	P01/2 DIETA PODSTAWOWA DLA DZIECI 4-9 LAT	KASZA JAGLANA NA MLEKU 200 g CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SER BIAŁY KROJONY 50 g POMIDOR ŚWIEŻY 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g	ŚLIWKI 150 g	ZUPA ZIEMNIACZANA 200 ml GULASZ Z UDŹCA KURCZAKA GOT Z NATKĄ PIETR 150 g KASZA GRYCZANA GOTOWANA NA SYPKO 100 g BUKIET WARZYW KRÓLEWSKI GOT NA PARZE 100 g SUR. Z K. PEKIŃSKIEJ 100 g KOMPOT Z TRUSKAWKI MROŻ I JABŁKA B/C 250 ml	SOK POMIDOROWY 200 ML 1 szt	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g SAŁATA MASŁOWA 5 g SZYNKA DROBIOWA Z KURCZAKA 45 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt PAPRYKA ŚWIEŻA 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	MUS OWOCOWY B/CUKRU 180G 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 627,6** **Białko ogółem [g] 67** **Tłuszcz ogółem [g] 41,2** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 9,4** **Węglowodany ogółem [g] 232,6** **w tym cukry proste [g] 75,1** **Błonnik pokarmowy [g] 31,2** **Sód [mg] 1 822,5**
2026-11-17 wtorek	D01 DIETA PODSTAWOWA	PŁATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU SPOŻ 300 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt JAJKO KURZE GOTOWANE 2 szt SAŁATA MASŁOWA 5 g OGÓREK ŚWIEŻY 100 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM B/GLUTENU 300 ml ZRAZ Z UDŹCA KURCZAKA MIELONY GOTOWANY 100 g SOS KOPERKOWY 50 ml ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 100 g SUR. COLESŁAW 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml		CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SZYNKA WP NA KARTKI 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g RZODKIEW BIAŁA 100 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	SAŁATKA Z JAJKIEM, CZERW FASOLĄ, KUKURYDZĄ W SOSIE JOG-MAJ 200 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 501** **Białko ogółem [g] 117** **Tłuszcz ogółem [g] 81,9** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 22,1** **Węglowodany ogółem [g] 313,7** **w tym cukry proste [g] 53,8** **Błonnik pokarmowy [g] 39,2** **Sód [mg] 2 526,6**
	DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	PŁATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU SPOŻ 300 ml BUŁKA WROCŁAWSKA 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SER BIAŁY KROJONY 70 g JABŁKO PIECZONE 1 SZT 150 g SAŁATA MASŁOWA 5 g		ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM B/GL DIETA 300 ml ZRAZ Z UDŹCA KURCZAKA MIELONY GOTOWANY 100 g SOS KOPERKOWY 50 ml ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g DYNIA DUSZONA 150 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml		BUŁKA WROCŁAWSKA 60 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA WP NA KARTKI 70 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SAŁATA MASŁOWA 5 g BROKUŁY GOTOWANE Z OLEJEM 100 g	WAFLE RYŻOWE B/CUKRU 2 SZT 20 g BAŃAN 70 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 890,7** **Białko ogółem [g] 85,3** **Tłuszcz ogółem [g] 51,7** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 12,6** **Węglowodany ogółem [g] 280** **w tym cukry proste [g] 70,5** **Błonnik pokarmowy [g] 27,6** **Sód [mg] 1 536**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

2026-11-17 wtorek	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g JAJKO KURZE GOTOWANE 2 szt SAŁATA MASŁOWA 5 g OGÓREK ŚWIEŻY 100 g	KANAPKA Z CHL. RAZ 30G, M.R, SAŁ 10G, POL. SOP DR 30G 1 Por	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM BRĄZ. 300 ml ZRAZ Z UDŹCA KURCZAKA MIELONY GOTOWANY 100 g SOS KOPERKOWY 50 ml ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 100 g SUR. COLESŁAW 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml	KIWI 1 szt KEFIR NATURALNY 1,8% TŁ 150 ml 1 Por	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SZYNKA WP NA KARTKI 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g RZODKIEW BIAŁA 100 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	SAŁATKA Z JAJKIEM, CZERW FASOLĄ, PAPRYKĄ Z OLEJEM 200 g SOS JOGURTOWO KOPERKOWY 20 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 679,1** **Białko ogółem [g] 115,7** **Tłuszcz ogółem [g] 87,2** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 22** **Węglowodany ogółem [g] 320,1** **w tym cukry proste [g] 59,7** **Błonnik pokarmowy [g] 44,8** **Sód [mg] 2 944,3**
	P01/2 DIETA PODSTAWOWA DLA DZIECI 4-9 LAT	PŁATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU SPOŻ 200 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt JAJKO KURZE GOTOWANE 1 szt SAŁATA MASŁOWA 5 g OGÓREK ŚWIEŻY 70 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	KIWI 1 szt	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM B/GLUTENU 300 ml ZRAZ Z UDŹCA KURCZAKA MIELONY GOTOWANY 90 g ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 100 g SOS KOPERKOWY 30 ml FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 100 g SUR. COLESŁAW 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml	KEFIR NATURALNY 1,8% TŁ 150 ml [Por] x 1 Por	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SZYNKA WP NA KARTKI 45 g SAŁATA MASŁOWA 5 g RZODKIEW BIAŁA 70 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	SAŁATKA Z JAJKIEM, CZERW FASOLĄ, KUKURYDZĄ W SOSIE JOG-MAJ 100 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 888** **Białko ogółem [g] 80,5** **Tłuszcz ogółem [g] 58** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 16** **Węglowodany ogółem [g] 248,2** **w tym cukry proste [g] 57,5** **Błonnik pokarmowy [g] 33,1** **Sód [mg] 1 761,9**
2026-11-18 środa	D01 DIETA PODSTAWOWA	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU 300 g CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SCHAB WP. PIECZONY 70 g SAŁATA MASŁOWA 25 g		ZUPA FASOLOWA Z ZIEMNIAKAMI 300 ml MAKARON RAZ. GOTOWANY Z BROKUŁAMI I SEREM 350 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g KOMPOT Z MIESZ OWOC Z JABŁKIEM B/CUK 250 ml		CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SAŁATA MASŁOWA 5 g OGÓREK KISZONY 100 g PASTA Z RYBY GOTOWANEJ (MIRUNA) Z WARZYWAMI 100 g	KISIEL TRUSKAWKOWY B/CUKRU 200 ml	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 136,1** **Białko ogółem [g] 96,6** **Tłuszcz ogółem [g] 39,6** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 11,1** **Węglowodany ogółem [g] 342,6** **w tym cukry proste [g] 45,5** **Błonnik pokarmowy [g] 38,8** **Sód [mg] 2 094,4**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

2026-11-18 środa	DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU 300 g BUŁKA WROCŁAWSKA 80 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA ZIELONOGÓRSKA WP 70 g SAŁATA MASŁOWA 25 g		ZUPA KREM Z DYNI Z ZIEMNIAKAMI DIETA 300 ml RISOTTO Z MIĘSEM I WARZYWAMI GOT 350 g CUKINIA DUSZONA 150 g KOMPOT Z MIESZ OWOC Z JABŁKIEM B/CUK 250 ml		BUŁKA WROCŁAWSKA 80 g PASTA Z RYBY GOTOWANEJ (MIRUNA) Z WARZYWAMI 100 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SAŁATA MASŁOWA 5 g POMIDOR ŚWIEŻY PARZONY BEZ SKÓRY 100 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	KISIEL TRUSKAWKOWY B/CUKRU 200 ml	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 713,8** **Białko ogółem [g] 67,3** **Tłuszcz ogółem [g] 45,5** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 10,5** **Węglowodany ogółem [g] 269,9** **w tym cukry proste [g] 46,8** **Błonnik pokarmowy [g] 30,7** **Sód [mg] 1 780,4**
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA ZIELONOGÓRSKA WP 70 g SAŁATA MASŁOWA 25 g	JOGURT NATURALNY 2,5% TŁ 150G 1 Por MANDARYNKA 1SZT 1 szt	ZUPA FASOLOWA Z ZIEMNIAKAMI 300 ml MAKARON RAZ. GOTOWANY Z BROKUŁAMI I SEREM 400 g SURÓWKA ŻYDOWSKA Z OGÓRKIEM KISZONYM 100 g KOMPOT Z MIESZ OWOC Z JABŁKIEM B/CUK 250 ml	KANAPKA Z CHL. RAZ. 30G , Z SEREM ŻÓŁTYM I Z SAŁATĄ 1 Por	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g PASTA Z RYBY GOTOWANEJ (MIRUNA) Z WARZYWAMI 100 g OGÓREK KISZONY 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g	SOK WIELOWARZYWNY SZT 1 szt NASIONA SŁONECZNIKA 20 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 577,8** **Białko ogółem [g] 101,4** **Tłuszcz ogółem [g] 59** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 15,4** **Węglowodany ogółem [g] 366,4** **w tym cukry proste [g] 57,8** **Błonnik pokarmowy [g] 45,2** **Sód [mg] 3 456,9**
	P01/2 DIETA PODSTAWOWA DLA DZIECI 4-9 LAT	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU 200 g CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt SCHAB WP. PIECZONY 45 g SAŁATA MASŁOWA 25 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	SOK POMARAŃCZOWY 200 ml 1 szt	ZUPA KREM Z DYNI Z ZIEMNIAKAMI DIETA 200 ml MAKARON RAZ. GOTOWANY Z BROKUŁAMI I SEREM 250 g SUR. Z MARCHWI I JABŁKA (DESEROWA) 100 g KOMPOT Z MIESZ OWOC Z JABŁKIEM B/CUK 250 ml	JOGURT OWOCOWY 150G 1 Por	OGÓREK KISZONY 70 g CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g CYTRYNA 10 g PASTA Z RYBY GOTOWANEJ (MIRUNA) Z WARZYWAMI 50 g SAŁATA MASŁOWA 5 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt	KISIEL TRUSKAWKOWY Z/C 100 ml	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 705,9** **Białko ogółem [g] 64,7** **Tłuszcz ogółem [g] 34,4** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 9,9** **Węglowodany ogółem [g] 267,9** **w tym cukry proste [g] 51,8** **Błonnik pokarmowy [g] 23,8** **Sód [mg] 1 553,5**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

2026-11-19 czwartek	D01 DIETA PODSTAWOWA	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU 300 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA ZIELONOGÓRSKA WP 70 g POMIDOR ŚWIEŻY 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g		ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI 300 ml BITKA SCHABOWA PIECZONA SZARPANA 100 g SOS PIECZENIOWY 50 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA GOTOW NA SYPKO 200 g BROKUŁY GOTOWANE Z OLEJEM 100 g SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Z JABŁKIEM 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml		CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA 70 g MIX SAŁAT Z RUKOLĄ 25 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt	KOKTAJL BANANOWY 200 g JABŁKO 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 149** **Białko ogółem [g] 97,4** **Tłuszcz ogółem [g] 49,5** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 13,9** **Węglowodany ogółem [g] 318,2** **w tym cukry proste [g] 85,2** **Błonnik pokarmowy [g] 34** **Sód [mg] 2 381,5**
	DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU 300 ml BUŁKA WROCŁAWSKA 80 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 [Por] x 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA ZIELONOGÓRSKA WP 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g JABŁKO PIECZONE 1 SZT 150 g		ZUPA JARZYNOWA 3 SKŁ Z ZIEMNIAK DIETA 300 ml BITKA SCHABOWA GOTOWANA SZARPANA 100 g SOS PIECZENIOWY 50 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA GOTOW NA SYPKO 200 g BROKUŁY GOTOWANE Z OLEJEM 150 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml		BUŁKA WROCŁAWSKA 80 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g CUKINIA ŚWIEŻA GOT NA PARZE Z ZIOŁAMI Z OLEJEM PODANA NA ZIMNO 100 g	KOKTAJL BANANOWY 200 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 052,8** **Białko ogółem [g] 93,2** **Tłuszcz ogółem [g] 63,2** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 16** **Węglowodany ogółem [g] 289** **w tym cukry proste [g] 76,6** **Błonnik pokarmowy [g] 28,8** **Sód [mg] 2 274,7**
	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt SZYNKA ZIELONOGÓRSKA WP 70 g POMIDOR ŚWIEŻY 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	SOS JOGURTOWO KOPERKOWY 20 g SŁUPKI WARZYW KALAREPA, MARCHEW 100 g	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMNIAKAMI 300 ml BITKA SCHABOWA PIECZONA SZARPANA 100 g SOS JARZYNOWY DIETA 50 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA GOTOW NA SYPKO 200 g BROKUŁY GOTOWANE Z OLEJEM 100 g SUR. Z CZERWONEJ KAPUSTY Z JABŁKIEM 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml	KEFIR NATURALNY 1,8% TŁ 150ML + PŁATKI OWSIANE 20G 1 Por	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA 70 g MIX SAŁAT Z RUKOLĄ 25 g	KOKTAJL Z PORZECZKĄ B/C 200 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 113,5** **Białko ogółem [g] 95,8** **Tłuszcz ogółem [g] 46,3** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 12,6** **Węglowodany ogółem [g] 294,3** **w tym cukry proste [g] 54,3** **Błonnik pokarmowy [g] 40,9** **Sód [mg] 2 541,2**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

2026-11-19 czwartek	P01/2 DIETA PODSTAWOWA DLA DZIECI 4-9 LAT	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU 200 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SZYNKA ZIELONOGÓRSKA WP 45 g POMIDOR ŚWIEŻY 70 g SAŁATA MASŁOWA 5 g	JOGURT NATURALNY 2,5% TŁ 150G 1 Por SŁUPKI OGÓRKA 50 g	ZUPA SOLFERINO Z FAS SZP I ZIEMN DIETA 200 ml BITKA SCHABOWA PIECZONA SZARPANA 90 g SOS PIECZENIOWY 30 ml KASZA JĘCZM PERŁOWA GOTOW NA SYPKO 100 g BROKUŁY GOTOWANE Z OLEJEM 100 g SUR. Z CZERWONEJ KAPUSTY Z JABŁKIEM 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml	HERBATNIKI BeBe 1 szt	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g CYTRYNA 10 g SZYNKA Z PIERSI KURCZAKA 45 g MIX SAŁAT Z RUKOLĄ 25 g SAŁATA MASŁOWA 5 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt HERBATA B/C 250 ml	KOKTAJL BANANOWY 200 g JABŁKO 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 918,5** **Białko ogółem [g] 84,3** **Tłuszcz ogółem [g] 48,2** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 15,4** **Węglowodany ogółem [g] 272,2** **w tym cukry proste [g] 93,2** **Błonnik pokarmowy [g] 27,6** **Sód [mg] 1 851,3**
2026-11-20 piątek	D01 DIETA PODSTAWOWA	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU 300 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g TWAROŻEK Z JOGURTEM 100 g OGÓREK ŚWIEŻY 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g		ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI 300 ml RYBA(MIRUNA FILET) PANIEROWANA SMAŻONA 110 g ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g SZPINAK GOT Z Z MLEKIEM I CZOSNKIEM 100 g SUR. Z KISZONEJ KAPUSTY 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml		PASTA DROBIOWO-WARZYWNA 100 g CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 40 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g SAŁATA MASŁOWA 5 g PAPRYKA ŚWIEŻA 100 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt	SAŁATKA JARZYNOWA 3 SKŁ Z JOGURTEM 200 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 203,7** **Białko ogółem [g] 102** **Tłuszcz ogółem [g] 59,5** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 13** **Węglowodany ogółem [g] 308,1** **w tym cukry proste [g] 62,7** **Błonnik pokarmowy [g] 40,2** **Sód [mg] 2 123**
	DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU 300 ml BUŁKA WROCŁAWSKA 60 g TWAROŻEK Z JOGURTEM 100 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 [Por] x 1 szt CYKORIA 40 g SAŁATA MASŁOWA 5 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g		ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM DIETA 300 ml RYBA(MIRUNA FILET) PIECZONA 100 g SOS BAZYLIOWY 50 ml ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g WARZYWA PO GRECKU DUSZONE 150 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml		BUŁKA WROCŁAWSKA 60 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g PASTA DROBIOWO-WARZYWNA 100 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt BROKUŁY GOTOWANE Z OLEJEM 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g	SEREK HOMO WANILIOWY 150G 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 778,1** **Białko ogółem [g] 99,6** **Tłuszcz ogółem [g] 49,6** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 10,9** **Węglowodany ogółem [g] 244,3** **w tym cukry proste [g] 57,4** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8** **Sód [mg] 1 212,6**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.

2026-11-20 piątek	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g TWAROŻEK Z JOGURTEM 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g OGÓREK ŚWIEŻY 100 g	KANAPKA Z CHL. RAZ 30G, M.R, SAŁ 10G, POL. SOP DR 30G 1 Por	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI 300 ml RYBA(MIRUNA FILET) PIECZONA 100 g SOS BAZYLIOWY 50 ml ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 200 g SZPINAK GOT Z Z MLEKIEM I CZOSNKIEM 100 g SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ Z OLEJEM 100 g	MAŚLANKA NATURALNA 150 ml KIWI 1 szt	CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 120 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 1 szt HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g PASTA DROBIOWO-WARZYWNA 100 g SAŁATA MASŁOWA 5 g PAPRYKA ŚWIEŻA 100 g	SAŁATKA JARZYNOWA 3 SKŁ Z JOGURTEM 200 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 182** **Białko ogółem [g] 106,3** **Tłuszcz ogółem [g] 46,2** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 10,9** **Węglowodany ogółem [g] 302,1** **w tym cukry proste [g] 51,9** **Błonnik pokarmowy [g] 45,5** **Sód [mg] 2 836,3**
	P01/2 DIETA PODSTAWOWA DLA DZIECI 4-9 LAT	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU 150 ml CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g TWAROŻEK Z JOGURTEM 50 g MARGARYNA ROŚLINNA RAMA 10G 2 szt SAŁATA MASŁOWA 5 g OGÓREK ŚWIEŻY 70 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g MIÓD NATURALNY 25G 1 szt	SOK WARZYWNO-OWOCOWY B/CUK 200 ml 1 szt	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI 200 ml RYBA(MIRUNA FILET) PANIEROWANA SMAŻONA 110 g ZIEMNIAKI GOT Z KOPERKIEM 100 g SZPINAK GOT Z Z MLEKIEM I CZOSNKIEM 100 g SUR. Z KISZONEJ KAPUSTY 100 g KOMPOT Z MIESZANKI OWOCOWEJ B/C 250 ml	SEREK HOMO WANILIOWY 150G 1 szt GRUSZKA 1SZT 150 g	PASTA DROBIOWO-WARZYWNA 50 g CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 20 g CHLEB RAZOWY MIESZANY ŻYTNIO-PSZENNY 60 g SAŁATA MASŁOWA 5 g PAPRYKA ŚWIEŻA 70 g HERBATA B/C 250 ml CYTRYNA 10 g	SAŁATKA JARZYNOWA 3 SKŁ Z JOGURTEM 100 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 972,1** **Białko ogółem [g] 76** **Tłuszcz ogółem [g] 48,6** **w tym kwasy tłuszczowe nasycone [g] 8,6** **Węglowodany ogółem [g] 297** **w tym cukry proste [g] 80,6** **Błonnik pokarmowy [g] 33** **Sód [mg] 1 536,8**

Szczegółowy wykaz składników dań znajduje się w Dziale Żywienia. Zastrzegamy możliwość zmiany przedstawionego jadłospisu w przypadku zaistnienia niezależnych i niezawinionych przez nas okoliczności wywołanych siłą wyższa np.epidemiąCOVID-19.