

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	Pn	SUMA
2026-10-01 czwartek	Dieta łatwostr. dla dziecka do 3 lat	Muffinka z brokulem i kalafiolem 100 g, Zawiera: <u>JAJ</u> Pasta rybna pomidorowa 40 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>SEL</u> Szyńka dr. gotowana 20 g Pomidor bez skórki 40 g Sałata masłowa 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Gruszka 1 szt	Ciasto drożdżowe 20 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	Ryżanka z pomidorami 200 ml, Zawiera: <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> Pulpet wp w sosie koperkowym 70 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: <u>MLE</u> Kalafior gotowany 50 g Kompot 200 ml	Salatka makaronowa z szynką lekka 50 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u> Hummus dyniowy 40 g, Zawiera: <u>SEZ</u> Szyńka delikatna w smaku wp. 20 g Plastry pieczonego buraka 40 g roszponka 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> woda szpital 1 szt Herbata bez cukru 200 g	Jogurt z musli 180 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 430,5 Białko ogółem [g] 68,2 Węglowodany ogółem [g] 165,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43 Tłuszcz [g] 56,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Sód [mg] 2 077,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
	Dieta łatwostr. dla dziecka 4-9 lat	Muffinka z brokulem i kalafiolem 100 g, Zawiera: <u>JAJ</u> Pasta rybna pomidorowa 40 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>SEL</u> Szyńka dr. gotowana 20 g Pomidor bez skórki 40 g Sałata masłowa 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Gruszka 1 szt	Ciasto drożdżowe 20 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	Ryżanka z pomidorami 200 ml, Zawiera: <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> Pulpet wp w sosie koperkowym 120 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: <u>MLE</u> Kalafior gotowany 50 g Kompot 200 ml	Salatka makaronowa z szynką lekka 100 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u> Hummus dyniowy 80 g, Zawiera: <u>SEZ</u> Szyńka delikatna w smaku wp. 20 g Plastry pieczonego buraka 40 g roszponka 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> woda szpital 1 szt Herbata bez cukru 200 g	Jogurt z musli 180 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 695,7 Białko ogółem [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 181,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 44,9 Tłuszcz [g] 71,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Sód [mg] 2 278,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,4
	Dieta łatwostr. dla dziecka 10-18 lat	Muffinka z brokulem i kalafiolem 100 g, Zawiera: <u>JAJ</u> Pasta rybna pomidorowa 80 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>SEL</u> Szyńka dr. gotowana 40 g Pomidor bez skórki 80 g Sałata masłowa 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Gruszka 1 szt	Ciasto drożdżowe 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	Ryżanka z pomidorami 300 ml, Zawiera: <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> Pulpet wp w sosie koperkowym 120 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> Ziemniaki gotowane 180 g, Zawiera: <u>MLE</u> Kalafior gotowany 100 g Kompot 200 ml	Salatka makaronowa z szynką lekka 100 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u> Hummus dyniowy 80 g, Zawiera: <u>SEZ</u> Szyńka delikatna w smaku wp. 40 g Plastry pieczonego buraka 80 g roszponka 10 g Bułka wrocławska 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> woda szpital 1 szt Herbata bez cukru 200 g	Jogurt z musli 180 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 143,3 Białko ogółem [g] 108,4 Węglowodany ogółem [g] 249,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 57,4 Tłuszcz [g] 81,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Sód [mg] 3 347,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,7
2026-10-02 piątek	Dieta łatwostr. dla dziecka do 3 lat	Ryż na mleku 200 ml, Zawiera: <u>MLE</u> Jajko z jogurtem i koperkiem 0,5 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> Szyńka piastowska wp. 20 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Plastry pieczonych warzyw 40 g, Zawiera: <u>SEL</u> Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko pieczone 1 szt	Salatka z tuńczyka z jajkiem i oliwkami lekka 70 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>RYB</u>	Zupa jarzynowa diet. 200 ml, Zawiera: <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Ryba pieczona z warzywami 60 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>SEL</u> Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: <u>MLE</u> Brokuł gotowany 50 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 40 g, Zawiera: <u>SEL</u> Ser żółty niskotłusty 15 g, Zawiera: <u>MLE</u> Schab pieczony wp. 20 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor bez skórki 40 g Bułka wrocławska 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Sałata masłowa 5 g	Kefir 150 g Pieczywo diet. 30 g, Zawiera: <u>GLU</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 411,7 Białko ogółem [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 171,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 38,8 Tłuszcz [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 Sód [mg] 1 666,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,3

2026-10-02 piątek	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Ryż na mleku 200 ml, Zawiera: MLE Jajko z jogurtem i koperkiem 0,5 szt, Zawiera: JAJ, MLE Szynka piastowska wp. 20 g, Zawiera: SOJ Plastry pieczonych warzyw 40 g, Zawiera: SEL Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko pieczone 1 szt	Salatka z tuńczyka z jajkiem i oliwkami lekka 70 g, Zawiera: JAJ, RYB	Zupa jarzynowa diet. 200 ml, Zawiera: MLE, SEL Ryba pieczona z warzywami 60 g, Zawiera: RYB, SEL Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: MLE Brokuł gotowany 50 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 40 g, Zawiera: SEL Ser żółty niskotłusty 15 g, Zawiera: MLE Schab pieczony wp. 20 g, Zawiera: SOJ Pomidor bez skórki 40 g Salata maslowa 5 g Bułka wrocławska 80 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Kefir 150 g Pieczywo diet. 30 g, Zawiera: GLU	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 411,7 Białko ogółem [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 171,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 38,8 Tłuszcz [g] 53,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 Sód [mg] 1 666,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Ryż na mleku 300 ml, Zawiera: MLE Jajko z jogurtem i koperkiem 1 szt, Zawiera: JAJ, MLE Szynka piastowska wp. 40 g, Zawiera: SOJ Plastry pieczonych warzyw 80 g, Zawiera: SEL Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU Chleb graham 1 g, Zawiera: GLU Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko pieczone 1 szt	Salatka z tuńczyka z jajkiem i oliwkami lekka 110 g, Zawiera: JAJ, RYB	Zupa jarzynowa diet. 300 ml, Zawiera: MLE, SEL Ryba pieczona z warzywami 120 g, Zawiera: RYB, SEL Ziemniaki gotowane 180 g, Zawiera: MLE Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g, Zawiera: SEL Ser żółty niskotłusty 30 g, Zawiera: MLE Schab pieczony wp. 40 g, Zawiera: SOJ Pomidor bez skórki 80 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Salata maslowa 5 g	Kefir 150 g Pieczywo diet. 30 g, Zawiera: GLU	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 785,7 Białko ogółem [g] 95,5 Węglowodany ogółem [g] 194,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46 Tłuszcz [g] 72,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Sód [mg] 2 247,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
2026-10-03 sobota	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Muffinka ze szpinakiem i cukinią 100 g, Zawiera: JAJ Pasta z buraka 40 g Szynka tostowa dr. 20 g Pomidor bez skórki 40 g salata karbowana 10 g Bułka wrocławska 80 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 2 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko pieczone 1 szt	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 180 ml, Zawiera: GLU, MLE	Zupa krem z kalafiora 200 ml, Zawiera: MLE Pierś indyka w sosie koperkowym 100 g, Zawiera: MLE Kasza kuskus 90 g, Zawiera: GLU Dynia pieczona 50 g Kompot 200 ml	Salatka z gotowanego buraczka z natką 50 g Pasta z pieczonego brokuła 40 g, Zawiera: MLE Schab maryny wp. 40 g Pomidory zapiekane z oliwkami i koperkiem 40 g Salata maslowa 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 2 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka mleczna 180 g, Zawiera: MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 554,4 Białko ogółem [g] 68,2 Węglowodany ogółem [g] 182,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 62,8 Tłuszcz [g] 61,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Sód [mg] 1 373,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Muffinka ze szpinakiem i cukinią 100 g, Zawiera: JAJ Pasta z buraka 40 g Szynka tostowa dr. 20 g Pomidor bez skórki 40 g salata karbowana 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 2 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko pieczone 1 szt	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 180 ml, Zawiera: GLU, MLE	Zupa krem z kalafiora 200 ml, Zawiera: MLE Pierś indyka w sosie koperkowym 100 g, Zawiera: MLE Kasza kuskus 90 g, Zawiera: GLU Dynia pieczona 50 g Kompot 200 ml	Salatka z gotowanego buraczka z natką 50 g Pasta z pieczonego brokuła 40 g, Zawiera: MLE Schab maryny wp. 40 g Pomidory zapiekane z oliwkami i koperkiem 40 g Salata maslowa 5 g Bułka wrocławska 80 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 2 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka mleczna 180 g, Zawiera: MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 554,4 Białko ogółem [g] 68,2 Węglowodany ogółem [g] 182,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 62,8 Tłuszcz [g] 61,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Sód [mg] 1 373,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,6

2026-10-03 sobota	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Muffinka ze szpinakiem i cukinią 100 g, Zawiera: JAJ Pasta z buraka 80 g Szynka tostowa dr. 40 g Pomidor bez skórki 80 g sałata karbowana 10 g Chleb graham 80 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko pieczone 1 szt	Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 180 ml, Zawiera: GLU, MLE	Zupa krem z kalafiora 300 ml, Zawiera: MLE Pierś indyka w sosie koperkowym 200 g, Zawiera: MLE Kasza kuskus 180 g, Zawiera: GLU Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Salatka z gotowanego buraczka z natką 100 g Pasta z pieczonego brokuła 80 g, Zawiera: MLE Schab maryny wp. 40 g Pomidory zapiekane z oliwkami i koperkiem 80 g Sałata masłowa 5 g Chleb graham 80 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 2 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka mleczna 180 g, Zawiera: MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 738,8 Białko ogółem [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 209,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 75,6 Tłuszcz [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Sód [mg] 1 780,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Płatki owsiane na mleku 200 ml, Zawiera: GLU, MLE Pasta warzywna z cukinią 40 g, Zawiera: SEL Schab z beczki wp. 20 g, Zawiera: GLU, SOJ Pomidor bez skórki 40 g Sałata masłowa 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt chleb graham 80 g, Zawiera: GLU	Jogurt z pomarańczą 90 g, Zawiera: GLU, MLE	Rosół z makaronem 200 ml, Zawiera: GLU, JAJ, SEL Potrawka drobiowa łatwostrawna 110 g, Zawiera: MLE Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: MLE Surówka z marchewki z jabłkiem 500 g, Zawiera: MLE Kompot 200 ml	Pasta z zielonego groszku 40 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt, Zawiera: JAJ Szynka dr. gotowana 20 g Plastry pieczonych warzyw 40 g, Zawiera: SEL roszponka 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU Masło porcja 10g 2 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt chleb graham 80 g, Zawiera: GLU	Pieczynko diet. 30 g, Zawiera: GLU Pasta z fileta z warzywami diet. 40 g, Zawiera: JAJ, MLE, SEL, GOR	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 628,6 Białko ogółem [g] 68,4 Węglowodany ogółem [g] 220,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 80,7 Tłuszcz [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Sód [mg] 1 367,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,9
	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Płatki owsiane na mleku 200 ml, Zawiera: GLU, MLE Pasta warzywna z cukinią 40 g, Zawiera: SEL Schab z beczki wp. 20 g, Zawiera: GLU, SOJ Pomidor bez skórki 40 g Sałata masłowa 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt chleb graham 80 g, Zawiera: GLU	Jogurt z pomarańczą 180 g, Zawiera: GLU, MLE	Rosół z makaronem 200 ml, Zawiera: GLU, JAJ, SEL Potrawka drobiowa łatwostrawna 110 g, Zawiera: MLE Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: MLE Surówka z marchewki z jabłkiem 50 g, Zawiera: MLE Kompot 200 ml	Pasta z zielonego groszku 40 g Jajko gotowane na twardo 0,5 szt, Zawiera: JAJ Szynka dr. gotowana 20 g Plastry pieczonych warzyw 40 g, Zawiera: SEL roszponka 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt chleb graham 80 g, Zawiera: GLU	Pieczynko diet. 30 g, Zawiera: GLU Pasta z fileta z warzywami diet. 40 g, Zawiera: JAJ, MLE, SEL, GOR	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 363,3 Białko ogółem [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 174,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 48,9 Tłuszcz [g] 47,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Sód [mg] 1 157,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,7
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pasta warzywna z cukinią 80 g, Zawiera: SEL Schab z beczki wp. 40 g, Zawiera: GLU, SOJ Pomidor bez skórki 80 g Sałata masłowa 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt chleb graham 80 g, Zawiera: GLU	Jogurt z pomarańczą 180 g, Zawiera: GLU, MLE	Rosół z makaronem 300 ml, Zawiera: GLU, JAJ, SEL Potrawka drobiowa łatwostrawna 220 g, Zawiera: MLE Ziemniaki gotowane 180 g, Zawiera: MLE Surówka z marchewki z jabłkiem 100 g, Zawiera: MLE Kompot 200 ml	Pasta z zielonego groszku 80 g Jajko gotowane na twardo 1 szt, Zawiera: JAJ Szynka dr. gotowana 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g, Zawiera: SEL roszponka 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU Masło porcja 10g 2 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt chleb graham 80 g, Zawiera: GLU	Pieczynko diet. 30 g, Zawiera: GLU Pasta z fileta z warzywami diet. 80 g, Zawiera: JAJ, MLE, SEL, GOR	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 050,6 Białko ogółem [g] 108 Węglowodany ogółem [g] 240,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 65,3 Tłuszcz [g] 77,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Sód [mg] 1 833,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,7

2026-10-05 poniedziałek	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Zacierka na mleku 200 ml, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Hummus dyniowy 40 g, Zawiera: <u>SEZ</u> Szynka z gór wp. 20 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor bez skórki 40 g Rukola 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mus z jabłek pieczonych 150 ml	Herbatniki 1 szt, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Zupa krem z białych warzyw 200 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kotlet pożarski pieczony 100 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: <u>MLE</u> Bukiet warzyw 50 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta kalafiorowa z jajkiem 40 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE, GOR</u> Schab pieczony wp. 20 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Cukinia pieczona 50 g sałata karbowana 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 509,5 Białko ogółem [g] 60,9 Węglowodany ogółem [g] 209,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 98,9 Tłuszcz [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 Sód [mg] 980,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,2
	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Zacierka na mleku 200 ml, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Hummus dyniowy 40 g, Zawiera: <u>SEZ</u> Szynka z gór wp. 20 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor bez skórki 40 g Rukola 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mus z jabłek pieczonych 150 ml	Herbatniki 1 szt, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Zupa krem z białych warzyw 200 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kotlet pożarski pieczony 100 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: <u>MLE</u> Bukiet warzyw 50 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 70 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta kalafiorowa z jajkiem 40 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE, GOR</u> Schab pieczony wp. 20 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Cukinia pieczona 40 g sałata karbowana 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 595,3 Białko ogółem [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 231,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 114,8 Tłuszcz [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,7 Sód [mg] 996 Błonnik pokarmowy [g] 23,2
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Zacierka na mleku 300 ml, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Hummus dyniowy 80 g, Zawiera: <u>SEZ</u> Szynka z gór wp. 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor bez skórki 80 g Rukola 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Mus z jabłek pieczonych 150 ml	Herbatniki 1 szt, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u>	Zupa krem z białych warzyw 300 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Kotlet pożarski pieczony 100 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Ziemniaki gotowane 180 g, Zawiera: <u>MLE</u> Bukiet warzyw 100 g Kompot 200 ml	Ryż zapiekany z jabłkiem z jogurtem 110 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta kalafiorowa z jajkiem 80 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE, GOR</u> Schab pieczony wp. 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Cukinia pieczona 50 g sałata karbowana 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Galaretka owocowa 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 036,5 Białko ogółem [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 286,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 123,3 Tłuszcz [g] 65,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Sód [mg] 1 288,9 Błonnik pokarmowy [g] 32
2026-10-06 wtorek	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Muffinka z marchewką i selerem 100 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL</u> Ser biały 30 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szynkowa extra wp. 20 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Dżem porcjowany 25 g Pomidory zapiekane z oliwkami i koperkiem 40 g Sałata masłowa 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Melon plaster 80 g	Kisiel owocowy 180 ml	Krupnik z kaszy jaglanej 200 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Pieczeń drobiowa z warzywami 60 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, SEL</u> Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: <u>MLE</u> Fasolka szparagowa gotowana 50 g Kompot 200 ml	Kuskus z kurczakiem i warzywami 70 g, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Pasta brokułowo-dyniowa 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka tostowa dr. 20 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Plastry pieczonych warzyw 40 g, Zawiera: <u>SEL</u> Sałata masłowa 5 g Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Mini tortilla z pastą twarogową 80 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 511,3 Białko ogółem [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 218,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 103,7 Tłuszcz [g] 44,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Sód [mg] 1 373,1 Błonnik pokarmowy [g] 21

2026-10-06 wtorek	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Muffinka z marchewką i selerem 100 g, Zawiera: JAJ, SEL Ser biały 30 g, Zawiera: MLE Szynkowa extra wp. 20 g, Zawiera: SOJ Dżem porcjowany 25 g Pomidory zapiekane z oliwkami i koperkiem 40 g Sałata masłowa 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Melon plaster 80 g	Kisiel owocowy 180 ml	Krupnik z kaszy jaglanej 200 ml, Zawiera: SEL Pieczeń drobiowa z warzywami 60 g, Zawiera: GLU, JAJ, SEL Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: MLE Fasolka szparagowa gotowana 50 g Kompot 200 ml	Kuskus z kurczakiem i warzywami 70 g, Zawiera: GLU, SEL Pasta brokułowo-dyniowa 40 g, Zawiera: MLE Szynka tostowa dr. 20 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Plastry pieczonych warzyw 40 g, Zawiera: SEL Sałata masłowa 5 g Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Mini tortilla z pastą twarogową 80 g, Zawiera: MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 511,3 Białko ogółem [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 218,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 103,7 Tłuszcz [g] 44,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,1 Sód [mg] 1 373,1 Błonnik pokarmowy [g] 21
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Muffinka z marchewką i selerem 100 g, Zawiera: JAJ, SEL Ser biały 60 g, Zawiera: MLE Szynkowa extra wp. 40 g, Zawiera: SOJ Dżem porcjowany 25 g Pomidory zapiekane z oliwkami i koperkiem 80 g Sałata masłowa 5 g Bułka wrocławska 80 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Melon plaster 80 g	Kisiel owocowy 180 ml	Krupnik z kaszy jaglanej 300 ml, Zawiera: SEL Pieczeń drobiowa z warzywami 120 g, Zawiera: GLU, JAJ, SEL Ziemniaki gotowane 180 g, Zawiera: MLE Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml	Kuskus z kurczakiem i warzywami 110 g, Zawiera: GLU, SEL Pasta brokułowo-dyniowa 80 g, Zawiera: MLE Szynka tostowa dr. 40 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Plastry pieczonych warzyw 80 g, Zawiera: SEL Sałata masłowa 5 g Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Mini tortilla z pastą twarogową 80 g, Zawiera: MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 080,5 Białko ogółem [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 286,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 112 Tłuszcz [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Sód [mg] 2 249,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,2
2026-10-07 środa	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Kasza manna na mleku 200 ml, Zawiera: GLU, MLE Pasta twarogowa z tuńczykiem 40 g, Zawiera: RYB, MLE Szynka delikatna w smaku wp. 20 g Pomidor bez skórki 40 g Rukola 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Morela sztuka 1 szt	Salatka owocowa 70 g	Zupa szpinakowa 200 ml, Zawiera: MLE, SEL Leniwe z jogurtem i cynamonem 150 g, Zawiera: GLU, JAJ, MLE Cukinia pieczona 50 g Kompot 200 ml	Pasta z buraka 40 g Parówki z keczupem 50 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE Szynka z wędzarni wp. 20 g, Zawiera: SOJ Pomidor bez skórki 40 g roszponka 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE woda szpital 1 szt	Koktajl bananowy z płatkami owsianymi 180 ml, Zawiera: GLU, MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 401,2 Białko ogółem [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 140,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 45,7 Tłuszcz [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Sód [mg] 957,3 Błonnik pokarmowy [g] 14,1
	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Kasza manna na mleku 200 ml, Zawiera: GLU, MLE Pasta twarogowa z tuńczykiem 40 g, Zawiera: RYB, MLE Szynka delikatna w smaku wp. 20 g Pomidor bez skórki 40 g Rukola 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Morela sztuka 1 szt	Salatka owocowa 70 g	Zupa szpinakowa 200 ml, Zawiera: MLE, SEL Leniwe z jogurtem i cynamonem 150 g, Zawiera: GLU, JAJ, MLE Cukinia pieczona 50 g Kompot 200 ml	Pasta z buraka 40 g Parówki z keczupem 50 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE Szynka z wędzarni wp. 20 g, Zawiera: SOJ Pomidor bez skórki 40 g roszponka 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE woda szpital 1 szt	Koktajl bananowy z płatkami owsianymi 180 ml, Zawiera: GLU, MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 401,2 Białko ogółem [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 140,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 45,7 Tłuszcz [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Sód [mg] 957,3 Błonnik pokarmowy [g] 14,1

2026-10-07 środa	Dieta łatwostr. dla dziecka 10-18 lat	Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Pasta twarogowa z tuńczykiem 80 g, Zawiera: <u>RYB, MLE</u> Szynka delikatna w smaku wp. 40 g Pomidor bez skórki 80 g Rukola 10 g Bułka wrocławska 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Morela sztuka 1 szt	Salatka owocowa 100 g	Zupa szpinakowa 300 ml, Zawiera: <u>MLE, SEL</u> Leniwe z jogurtem i cynamonem 300 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Pasta z buraka 80 g Parówki z keczupem 100 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u> Szynka z wędzarni wp. 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor bez skórki 80 g roszponka 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> woda szpital 1 szt	Koktajl bananowy z płatkami owsianymi 180 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 287,2 Białko ogółem [g] 126,3 Węglowodany ogółem [g] 216 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 68,2 Tłuszcz [g] 106,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,2 Sód [mg] 1 675,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,6
	Dieta łatwostr. dla dziecka do 3 lat	Muffinka z brokulem i kalaflorem 100 g, Zawiera: <u>JAJ</u> Pasta kalafiorowa z jajkiem 40 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE, GOR</u> Schab maryny wp. 20 g Plastry pieczonego buraka 40 g Salata masłowa 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Melon plaster 80 g	Chalka 40 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	Zupa krem z cukinii 200 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Pieczeń mięsna w sosie pomidorowym 140 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: <u>MLE</u> Bukiet warzyw 50 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 40 g, Zawiera: <u>SEL</u> Paszтет z królika 25 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, S02, ŁUB</u> Szynkowa extra wp. 20 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor bez skórki 40 g salata karbowana 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jogurtowy kisiel z truskawkami 180 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 365 Białko ogółem [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 142,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 36,3 Tłuszcz [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Sód [mg] 1 340,1 Błonnik pokarmowy [g] 18,7
	Dieta łatwostr. dla dziecka 4-9 lat	Muffinka z brokulem i kalaflorem 100 g, Zawiera: <u>JAJ</u> Pasta kalafiorowa z jajkiem 40 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE, GOR</u> Schab maryny wp. 20 g Plastry pieczonego buraka 40 g Salata masłowa 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Melon plaster 80 g	Chalka 40 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	Zupa krem z cukinii 200 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Pieczeń mięsna w sosie pomidorowym 70 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: <u>MLE</u> Bukiet warzyw 50 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 40 g, Zawiera: <u>SEL</u> Paszтет z królika 25 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, S02, ŁUB</u> Szynkowa extra wp. 20 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor bez skórki 40 g salata karbowana 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jogurtowy kisiel z truskawkami 180 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 204 Białko ogółem [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 134,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 36,2 Tłuszcz [g] 48,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Sód [mg] 1 151,8 Błonnik pokarmowy [g] 18,1
2026-10-08 czwartek	Dieta łatwostr. dla dziecka 10-18 lat	Muffinka z brokulem i kalaflorem 100 g, Zawiera: <u>JAJ</u> Pasta kalafiorowa z jajkiem 80 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE, GOR</u> Schab maryny wp. 40 g Plastry pieczonego buraka 80 g Salata masłowa 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Melon plaster 80 g	Chalka 40 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	Zupa krem z cukinii 300 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Pieczeń mięsna w sosie pomidorowym 140 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Ziemniaki gotowane 180 g, Zawiera: <u>MLE</u> Bukiet warzyw 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Paszтет z królika 50 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE, SEL, S02, ŁUB</u> Szynkowa extra wp. 40 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor bez skórki 80 g salata karbowana 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jogurtowy kisiel z truskawkami 180 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 652,4 Białko ogółem [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 176 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 45 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3 Sód [mg] 1 709,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,5

2026-10-09 piątek	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml, Zawiera: MLE Twarożek z pomidorami i bazylią 40 g, Zawiera: MLE Szynka dr. gotowana 20 g Pomidor bez skórki 40 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Rukola 10 g Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Koktajl owocowy na maślanie 180 g, Zawiera: MLE	Zupa ogórkowa lekka 200 ml, Zawiera: MLE, SEL Ryba pieczona z pomidorem i cukinią 60 g, Zawiera: RYB Kasza jaglana 90 g Kalafior gotowany 50 g Kompot 200 ml	Salatka z brokuł, jaj i pomidora 70 g, Zawiera: JAJ, MLE Ser żółty niskotłusty 15 g, Zawiera: MLE Szynka piastowska wp. 20 g, Zawiera: SOJ Cukinia pieczona 50 g sałata karbowana 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Mus z jabłek i brzoskwiń 180 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 142,4 Białko ogółem [g] 53,4 Węglowodany ogółem [g] 149,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,7 Tłuszcz [g] 38,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Sód [mg] 1 294,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,6
	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml, Zawiera: MLE Twarożek z pomidorami i bazylią 40 g, Zawiera: MLE Szynka dr. gotowana 20 g Pomidor bez skórki 40 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Rukola 10 g Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Koktajl owocowy na maślanie 180 g, Zawiera: MLE	Zupa ogórkowa lekka 200 ml, Zawiera: MLE, SEL Ryba pieczona z pomidorem i cukinią 60 g, Zawiera: RYB Kasza jaglana 90 g Kalafior gotowany 50 g Kompot 200 ml	Salatka z brokuł, jaj i pomidora 70 g, Zawiera: JAJ, MLE Ser żółty niskotłusty 15 g, Zawiera: MLE Szynka piastowska wp. 20 g, Zawiera: SOJ Cukinia pieczona 50 g sałata karbowana 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Mus z jabłek i brzoskwiń 180 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 142,4 Białko ogółem [g] 53,4 Węglowodany ogółem [g] 149,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,7 Tłuszcz [g] 38,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,1 Sód [mg] 1 294,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,6
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml, Zawiera: MLE Twarożek z pomidorami i bazylią 80 g, Zawiera: MLE Szynka dr. gotowana 40 g Pomidor bez skórki 80 g Bułka wrocławska 80 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Rukola 10 g Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia 40 g	Koktajl owocowy na maślanie 180 g, Zawiera: MLE	Zupa ogórkowa lekka 300 ml, Zawiera: MLE, SEL Ryba pieczona z pomidorem i cukinią 120 g, Zawiera: RYB Kasza jaglana 180 g Kalafior gotowany 100 g Kompot 200 ml	Salatka z brokuł, jaj i pomidora 100 g, Zawiera: JAJ, MLE Ser żółty niskotłusty 30 g, Zawiera: MLE Szynka piastowska wp. 40 g, Zawiera: SOJ Cukinia pieczona 100 g sałata karbowana 5 g Bułka wrocławska 80 g, Zawiera: GLU Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Mus z jabłek i brzoskwiń 180 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 832,2 Białko ogółem [g] 95,8 Węglowodany ogółem [g] 240,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 62 Tłuszcz [g] 55,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9 Sód [mg] 2 334,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
2026-10-10 sobota	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Muffinka ze szpinakiem i cukinią 100 g, Zawiera: JAJ Pasta z twarogu z koperkiem 40 g, Zawiera: MLE Szynka tostowa dr. 20 g Plastry pieczonych warzyw 40 g, Zawiera: SEL Rukola 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko pieczone 1 szt	Serek wiejski z twarożkiem 30 g, Zawiera: MLE Pieczywo diet. 30 g, Zawiera: GLU	Barszcz czerwony zabieleny 200 ml, Zawiera: MLE, SEL Udko z kurczaka w przyprawach 70 g Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: MLE Marchewka mini gotowana 50 g Kompot 200 ml	Pasta z zielonego groszku 40 g Mozzarella 25 g, Zawiera: MLE Szynka delikatna w smaku wp. 20 g Pomidor bez skórki 40 g Sałata masłowa 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Naleśnik z jabłkiem 1 szt, Zawiera: GLU, JAJ, MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 434,2 Białko ogółem [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 144,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 40,4 Tłuszcz [g] 69 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Sód [mg] 1 440,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,6

2026-10-10 sobota	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Muffinka ze szpinakiem i cukinią 100 g, Zawiera: JAJ Pasta z twarogu z koperkiem 40 g, Zawiera: MLE Szynka tostowa dr. 20 g Plastry pieczonych warzyw 40 g, Zawiera: SEL Rukola 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko pieczone 1 szt	Serek wiejski z twarożkiem 60 g, Zawiera: MLE Pieczywo diet. 30 g, Zawiera: GLU	Barszcz czerwony zabieleny 200 ml, Zawiera: MLE, SEL Udko z kurczaka w przyprawach 70 g Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: MLE Marchewka mini gotowana 50 g Kompot 200 ml	Pasta z zielonego groszku 80 g Mozzarella 50 g, Zawiera: MLE Szynka delikatna w smaku wp. 40 g Pomidor bez skórki 80 g Sałata masłowa 5 g Chleb graham 80 g, Zawiera: GLU Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU Masło porcja 10g 2 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Naleśnik z jabłkiem 1 szt, Zawiera: GLU, JAJ, MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 720,9 Białko ogółem [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 154,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 43,3 Tłuszcz [g] 89,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Sód [mg] 1 870,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Muffinka ze szpinakiem i cukinią 100 g, Zawiera: JAJ Pasta z twarogu z koperkiem 80 g, Zawiera: MLE Szynka tostowa dr. 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g, Zawiera: SEL Rukola 10 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko pieczone 1 szt	Serek wiejski z twarożkiem 60 g, Zawiera: MLE Pieczywo diet. 30 g, Zawiera: GLU	Barszcz czerwony zabieleny 300 ml, Zawiera: MLE, SEL Udko z kurczaka w przyprawach 120 g Ziemniaki gotowane 180 g, Zawiera: MLE Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Pasta z zielonego groszku 80 g Mozzarella 50 g, Zawiera: MLE Szynka delikatna w smaku wp. 40 g Pomidor bez skórki 80 g Sałata masłowa 5 g Bułka wrocławska 38 g, Zawiera: GLU Masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Naleśnik z jabłkiem 1 szt, Zawiera: GLU, JAJ, MLE	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 933,4 Białko ogółem [g] 104,2 Węglowodany ogółem [g] 181,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 51,1 Tłuszcz [g] 93,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Sód [mg] 2 213,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,2