

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	Pn	SUMA
2026-09-11 piątek	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Makaron na mleku 200 ml, Zawiera: GLU, MLE Pasta jajeczna z natką pietruszki 40 g, Zawiera: JAJ, MLE Szynkowa extra wp. 40 g Pomidor bez skórki 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: GLU woda szpital 1 szt Herbata bez cukru 200 g Jabłko pieczone 1 szt	Jogurt 100g 1 szt, Zawiera: MLE	Zupa grysikowa 200 ml, Zawiera: GLU, SEL Ryba pieczona 70 g, Zawiera: RYB Sos pomidorowy 30 ml Ziemniaki gotowane 70 g Marchewka mini gotowana 70 g Kompot 200 ml	Ser biały 40 g, Zawiera: MLE Szynka dr. gotowana 40 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE Pasta z pieczonego brokuła 40 g, Zawiera: MLE Pomidor bez skórki 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: GLU woda szpital 1 szt Herbata bez cukru 200 g	Salatka z kaszy jaglanej, buraków i szpinaku 110 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 147,4 Białko ogółem [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 155,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 42,8 Tłuszcz [g] 33 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 7,7 Sód [mg] 1 772,2 Błonnik pokarmowy [g] 15,9
	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Makaron na mleku 200 ml, Zawiera: GLU, MLE Pasta jajeczna z natką pietruszki 60 g, Zawiera: JAJ, MLE Szynkowa extra wp. 40 g Pomidor bez skórki 80 g sałata 10 g Brzoskwinia św 1 szt Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: GLU kajzerka 1 szt, Zawiera: GLU woda szpital 1 szt Herbata bez cukru 200 g	Jogurt 100g 1 szt, Zawiera: MLE	Zupa grysikowa 300 ml, Zawiera: GLU, SEL Ryba pieczona 100 g, Zawiera: RYB Sos pomidorowy 60 ml Ziemniaki gotowane 140 g Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Mozzarella light 40 g, Zawiera: MLE Pasta z pieczonego brokuła 50 g, Zawiera: MLE Szynka dr. gotowana 40 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE Pomidor bez skórki 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 40 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE woda szpital 1 szt Herbata bez cukru 200 g	Salatka z kaszy jaglanej, buraków i szpinaku 110 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 610,1 Białko ogółem [g] 82,1 Węglowodany ogółem [g] 217,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46,9 Tłuszcz [g] 50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,8 Sód [mg] 2 462,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,9
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Makaron na mleku 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g, Zawiera: JAJ, MLE Szynkowa extra wp. 40 g Pomidor bez skórki 80 g sałata 10 g Brzoskwinia św 1 szt Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: GLU kajzerka 1 szt, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE woda szpital 1 szt Herbata bez cukru 200 g	Jogurt 100g 1 szt, Zawiera: MLE	Zupa z soczewicy 300 ml, Zawiera: SEL Ryba pieczona 100 g, Zawiera: RYB Sos pomidorowy 60 ml Ziemniaki gotowane 180 g, Zawiera: MLE Marchewka mini gotowana 100 g Kompot 200 ml	Mozzarella light 40 g, Zawiera: MLE Pasta z pieczonego brokuła 80 g, Zawiera: MLE Szynka dr. gotowana 40 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE Pomidor bez skórki 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 80 g, Zawiera: GLU masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: MLE woda szpital 1 szt Herbata bez cukru 200 g	Salatka z kaszy jaglanej, buraków i szpinaku 110 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 995,8 Białko ogółem [g] 100,7 Węglowodany ogółem [g] 256,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46,8 Tłuszcz [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Sód [mg] 2 803,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,9

2026-09-12 sobota	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Jogurt 100g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Ser biały 30 g, Zawiera: <u>MLE</u> Schab z beczki wp. 40 g Plastry pieczonych warzyw 40 g, Zawiera: <u>SEL</u> Salata masłowa 5 g Melon plaster 80 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> woda szpital 1 szt Herbata bez cukru 200 g	Jabłko pieczone 1 szt	Zupa brokułowa diet. 200 ml, Zawiera: <u>MLE, SEL</u> Pierś kurczaka w sosie z dynią i marchewką 60 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Kasza jaglana 90 g Cukinia pieczona 70 g Kompot 200 ml	Jajko z jogurtem i koperkiem 1 szt, Zawiera: <u>JAJ, MLE</u> Pasta warzywna 40 g, Zawiera: <u>SEL</u> Baton szynkowy dr. 40 g Pomidor bez skórki 40 g salata karbowana 10 g Bułka wrocławska 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> woda szpital 1 szt Herbata bez cukru 200 g	Koktajl owocowy na maślanie 180 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 211,2 Białko ogółem [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 143,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,8 Tłuszcz [g] 43,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,8 Sód [mg] 1 364 Błonnik pokarmowy [g] 13,8
	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Muffinka z brokulem i kalafiorem 100 g, Zawiera: <u>JAJ</u> Ser biały 30 g, Zawiera: <u>MLE</u> Schab z beczki wp. 40 g Plastry pieczonych warzyw 40 g, Zawiera: <u>SEL</u> Salata masłowa 5 g Melon plaster 80 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> woda szpital 1 szt Herbata bez cukru 200 g	Jabłko pieczone 1 szt	Zupa brokułowa diet. 200 ml, Zawiera: <u>MLE, SEL</u> Pierś kurczaka w sosie z dynią i marchewką 120 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Kasza jaglana 100 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Jajko z jogurtem i koperkiem 1 szt, Zawiera: <u>JAJ, MLE</u> Baton szynkowy dr. 40 g Pomidor bez skórki 80 g salata karbowana 10 g Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> woda szpital 1 szt Herbata bez cukru 200 g	Koktajl owocowy na maślanie 180 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 626,6 Białko ogółem [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 193,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 54,5 Tłuszcz [g] 58,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,2 Sód [mg] 1 809,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,7
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Muffinka z brokulem i kalafiorem 100 g, Zawiera: <u>JAJ</u> Schab z beczki wp. 40 g Plastry pieczonych warzyw 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Salata masłowa 5 g Melon plaster 80 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> woda szpital 1 szt Herbata bez cukru 200 g Ser biały 60 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Jabłko 1 szt	Zupa brokułowa 300 ml, Zawiera: <u>MLE, SEL</u> Pierś kurczaka w sosie z dynią i marchewką 120 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Kasza jaglana 180 g Cukinia pieczona 100 Kompot 200 ml	Pasta warzywna 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Jajko z jogurtem i koperkiem 1 szt, Zawiera: <u>JAJ, MLE</u> Baton szynkowy dr. 40 g Pomidor bez skórki 80 g salata karbowana 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	Koktajl owocowy na maślanie 180 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 903,5 Białko ogółem [g] 104,6 Węglowodany ogółem [g] 241,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 58,4 Tłuszcz [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Sód [mg] 2 131,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,5
	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka maryny wp. 40 g Pasta rybna pomidorowa 40 g, Zawiera: <u>RYB, SEL</u> Plastry pieczonych warzyw 40 g, Zawiera: <u>SEL</u> bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Banan 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 200 ml, Zawiera: <u>SOJ, SEL</u> Pulpety warzywno-ryżowe b/glut 2 szt, Zawiera: <u>JAJ, SEL</u> Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 100 g Dynia i seler pieczone 100 g, Zawiera: <u>SEL</u> Kompot 200 ml	Twarożek waniliowy 60 g, Zawiera: <u>MLE</u> Szynka tostowa dr. 20 g bułka wrocławska 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Pasta brokułowo-dyniowa 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pieczywo diet. 30 g, Zawiera: <u>GLU</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 138,4 Białko ogółem [g] 50,8 Węglowodany ogółem [g] 172 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 51,1 Tłuszcz [g] 29,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 8,7 Sód [mg] 2 107 Błonnik pokarmowy [g] 14,6

2026-09-13 niedziela	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml, Zawiera: <u>MLE</u> Szyńka maryny wp. 40 g Pasta rybna pomidorowa 40 g, Zawiera: <u>RYB, SEL</u> Plastry pieczonych warzyw 40 g, Zawiera: <u>SEL</u> bulka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u>	Banan 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 200 ml, Zawiera: <u>SOJ, SEL</u> Pulpety warzywno -ryżowe b/glut 2 szt, Zawiera: <u>JAJ, SEL</u> Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 100 Dynia i seler pieczone 100 g, Zawiera: <u>SEL</u> Kompot 200 ml	Twarożek waniliowy 60 g, Zawiera: <u>MLE</u> bulka wrocławska 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Pasta brokułowo-dyniowa 80 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pieczywo diet. 30 g, Zawiera: <u>GLU</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 474,6 Białko ogółem [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 213,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,7 Tłuszcz [g] 42,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Sód [mg] 2 293,6 Błonnik pokarmowy [g] 16,5
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml, Zawiera: <u>MLE</u> Szyńka maryny wp. 40 g Pasta rybna pomidorowa 80 g, Zawiera: <u>RYB, SEL</u> Plastry pieczonych warzyw 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> bulka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna porcja 1 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u>	Banan 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml, Zawiera: <u>SOJ, SEL</u> Pulpety warzywno -ryżowe b/glut 2 szt, Zawiera: <u>JAJ, SEL</u> Sos koperkowy 60 ml Ziemniaki gotowane 180 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dynia i seler pieczone 100 g, Zawiera: <u>SEL</u> Kompot 200 ml	Twarożek waniliowy 60 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta mięsno-warzywna 80 g Szyńka tostowa dr. 40 g bulka wrocławska 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna porcja 2 szt Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Pasta brokułowo-dyniowa 80 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pieczywo diet. 30 g, Zawiera: <u>GLU</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 032,2 Białko ogółem [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 274 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 61,1 Tłuszcz [g] 62,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20 Sód [mg] 3 239,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,3
	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Kasza manna na mleku 200 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Jajko gotowane na twardo 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Szyńkowa extra wp. 40 g Plastry pieczonego buraka 40 g Salata masłowa 10 g Bulka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 80 g	Galaretka owocowa 70 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 200 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Pieczeń drobiowa w sosie szpinakowym 70 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Sos z natki pietruszki 60 g, Zawiera: <u>SEL</u> Ziemniaki gotowane 100 g Buraczki puree 70 g Kompot 200 ml	Parówki z keczupem 0,5 [Por] x 100 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u> Serek homogenizowany 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Schab maryny wp. 40 g Pomidor bez skórki 80 g Bulka wrocławska 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jogurt 100g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 315 Białko ogółem [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 166,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 58,4 Tłuszcz [g] 44,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,6 Sód [mg] 1 417,5 Błonnik pokarmowy [g] 10,8

2026-09-14 poniedziałek	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Kasza manna na mleku 200 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Pasta kalafiorowa z jajkiem 40 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE, GOR</u> Szynkowa extra wp. 40 g Plastry pieczonego buraka 40 g Salata masłowa 10 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 80 g	Galaretką owocowa 100 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 200 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Pieczeń drobiowa w sosie szpinakowym 100 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Ziemniaki gotowane 100 g Buraczki puree 80 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g, Zawiera: <u>SEL</u>	Parówki z keczupem 0,5 [Por] x 100 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u> Schab maryny wp. 40 g Pomidor bez skórki 80 g Rukola 5 g Bułka wrocławska 50 g, Zawiera: <u>GLU</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jogurt 100g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 707,6 Białko ogółem [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 234,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 73,1 Tłuszcz [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Sód [mg] 1 791,6 Błonnik pokarmowy [g] 13,5
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Pasta kalafiorowa z jajkiem 80 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE, GOR</u> Szynkowa extra wp. 40 g Plastry pieczonego buraka 80 g Salata masłowa 10 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 80 g	Galaretką owocowa 150 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Pieczeń drobiowa w sosie szpinakowym 140 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Kasza jęczmienna 160 g, Zawiera: <u>GLU</u> Buraczki puree 100 g Kompot 200 ml Sos z natki pietruszki 60 g, Zawiera: <u>SEL</u>	Pasta z fasolką szparagową diet. 80 g Parówki z keczupem 100 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u> Schab maryny wp. 40 g Pomidor bez skórki 80 g Rukola 5 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	Jogurt 100g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 573,2 Białko ogółem [g] 96,8 Węglowodany ogółem [g] 354,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 100 Tłuszcz [g] 90,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Sód [mg] 2 240,8 Błonnik pokarmowy [g] 23
	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Jogurt 100g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i łososia 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Płat szynkowy wp. 40 g Pomidor bez skórki 40 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 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	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 200 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Udko z kurczaka pieczone 70 g Ryż 90 g Sos majerankowy 60 g, Zawiera: <u>SEL</u> Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml	Galaretką warzywna z kurczakiem 70 g, Zawiera: <u>SEL</u> Szynka z gór wp. 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor bez skórki 40 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jaglanka na mleku z truskawkami 100 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 254,5 Białko ogółem [g] 58,6 Węglowodany ogółem [g] 169,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 61,4 Tłuszcz [g] 41,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Sód [mg] 1 399,9 Błonnik pokarmowy [g] 14,5

2026-09-15 wtorek	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Jogurt 100g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu i lososia 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Płat szynkowy wp. 40 g Pomidor bez skórki 40 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 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	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 200 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Udko z kurczaka pieczone 100 g Ryż 100 g Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml Sos majerankowy 60 g, Zawiera: <u>SEL</u>	Galaretka warzywna z kurczakiem 70 g, Zawiera: <u>SEL</u> Szynka z gór wp. 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor bez skórki 80 g Bułka wrocławska 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 2 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jaglanka na mleku z truskawkami 180 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 488,1 Białko ogółem [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 191,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 63,7 Tłuszcz [g] 53,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Sód [mg] 1 464,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,7
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Muffinka z marchewką i selerem 100 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL</u> Pomidor bez skórki 80 g Płat szynkowy wp. 40 g sałata karbowana 10 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 2 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko pieczone 1 szt Pasta z twarogu i lososia 80 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Mus owocowy 1 szt	Krupnik 300 ml, Zawiera: <u>GLU, SEL</u> Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż 180 g Brokuł gotowany 100 g Kompot 200 ml Sos majerankowy 60 g, Zawiera: <u>SEL</u>	Galaretka warzywna z kurczakiem 140 g, Zawiera: <u>SEL</u> Jajko gotowane na twardo 1 szt, Zawiera: <u>JAJ</u> Szynka z gór wp. 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor bez skórki 80 g Bułka wrocławska 80 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 2 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jaglanka na mleku z truskawkami 180 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 249,1 Białko ogółem [g] 107 Węglowodany ogółem [g] 281,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 66,1 Tłuszcz [g] 82 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Sód [mg] 2 225,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,2
	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Ryż na mleku 200 ml, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta warzywna z cukinią 40 g, Zawiera: <u>SEL</u> Szynka dr. gotowana 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, MLE</u> Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 40 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia św 1 szt	Jabłko z jogurtem i cynamonem 0,5 [Por] x 180 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Zupa krem z białych warzyw 200 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> Pierogi z serem podawane z jogurtem 100 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Banan 1 szt Kompot 200 ml	Szynka piastowska wp. 30 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> sałata karbowana 10 g Pomidor bez skórki 40 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jogurt 100g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 193,2 Białko ogółem [g] 43,5 Węglowodany ogółem [g] 172,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 69,3 Tłuszcz [g] 39,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7 Sód [mg] 1 179,5 Błonnik pokarmowy [g] 11,3

2026-09-16 środa	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Ryż na mleku 200 ml, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta warzywna z cukinią 30 g, Zawiera: <u>SEL</u> Szyńka dr. gotowana 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 40 g sałata 10 g kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Jabłko z jogurtem i cynamonem 0,5 [Por] x 180 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Zupa krem z białych warzyw 200 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Kotlet jajeczny pieczony 0,5 [Por] x 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> Ziemniaki gotowane 140 g, Zawiera: <u>MLE</u> Bukiet warzyw 100 g Kompot 200 ml	Salatka z tuńczyka i ryżu 110 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>MLE</u> Paszтет 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> Szyńka piastowska wp. 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> sałata karbowana 10 g Pomidor bez skórki 40 g Bułka wrocławska 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Mini tortilla z pastą twarogową 80 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 540,6 Białko ogółem [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 191,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 52,2 Tłuszcz [g] 59,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Sód [mg] 1 882,2 Błonnik pokarmowy [g] 17,9
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Ryż na mleku 300 ml, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta warzywna z cukinią 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> Szyńka dr. gotowana 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> Pieczony burak, cukinia z tymiankiem 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Brzoskwinia św 1 szt	Jabłko z jogurtem i cynamonem 180 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Zupa krem z białych warzyw 300 ml, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> Kotlet jajeczny pieczony 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> Ziemniaki gotowane 180 g, Zawiera: <u>MLE</u> Bukiet warzyw 100 g Kompot 200 ml	Salatka z tuńczyka i ryżu 110 g, Zawiera: <u>RYB</u> , <u>MLE</u> Paszтет 55 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> Szyńka piastowska wp. 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> sałata karbowana 10 g Pomidor bez skórki 80 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	Mini tortilla z pastą twarogową 80 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 127 Białko ogółem [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 270,3 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 57,4 Tłuszcz [g] 81,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Sód [mg] 2 509,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Jogurt 100g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Schab z beczki wp. 0,5 [Por] x 40 g Pasta z twarogu 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor bez skórki 40 g Bułka wrocławska 32 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	Chalka 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>	Zupa jarzynowa z natką wege 200 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Klops drobiowy z warzywami pieczony 60 g, Zawiera: <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> Sos pomidorowy 60 ml Ziemniaki gotowane 90 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Pasta mięsno-warzywna 40 g Baton szynkowy dr. 20 g sałata karbowana 10 g Pomidor bez skórki 40 g Bułka wrocławska 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Budyń waniliowy na mleku b/c 90 ml, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 052,7 Białko ogółem [g] 51,5 Węglowodany ogółem [g] 137 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 45,7 Tłuszcz [g] 38 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Sód [mg] 1 377,4 Błonnik pokarmowy [g] 12,7

2026-09-17 czwartek	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Jogurt 100g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Pasta z twarogu 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Schab z beczki wp. 40 g Pomidor bez skórki 40 g sałata 10 g Bułka wrocławska 60 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 jarzynowa z natką wege 300 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Klops drobiowy z warzywami pieczony 100 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL</u> Sos pomidorowy 60 ml Ziemniaki gotowane 140 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 80 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Pasta mięsno-warzywna 40 g Baton szynkowy dr. 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor bez skórki 80 g Bułka wrocławska 60 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Budyń waniliowy na mleku b/c 180 ml, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 528,9 Białko ogółem [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 206,5 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 46,7 Tłuszcz [g] 46,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,2 Sód [mg] 2 114,3 Błonnik pokarmowy [g] 15,4
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Schab z beczki wp. 40 g Pomidor bez skórki 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pasta z twarogu 80 g, Zawiera: <u>MLE</u> Melon plaster 80 g Muffinka ze szpinakiem i cukinią 100 g, Zawiera: <u>JAJ</u>	Chalka 40 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	Zupa jarzynowa z natką wege 300 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Klops drobiowy z warzywami pieczony 120 g, Zawiera: <u>JAJ, SEL</u> Ziemniaki gotowane 180 g, Zawiera: <u>MLE</u> Dynia pieczona 100 g Kompot 200 ml Sos pomidorowy 60 ml	Pasta mięsno-warzywna 80 g Baton szynkowy dr. 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor bez skórki 80 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 Makaron ze szpinakiem i serem (na ciepło) 110 g, Zawiera: <u>GLU, MLE</u>	Budyń waniliowy na mleku b/c 180 ml, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 901,2 Białko ogółem [g] 110,4 Węglowodany ogółem [g] 251,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 47,8 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Sód [mg] 2 599,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,2
	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Zacierka na mleku 200 ml, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Schab maryny wp. 0,5 [Por] x 40 g Twarożek waniliowy 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Mus z jabłek i brzoskwiń 0,5 [Por] x 180 ml	Zupa ryżanka z pomidorami 200 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Kotlecik rybny pieczony 90 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, RYB</u> Ziemniaki gotowane 90 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g, Zawiera: <u>MLE</u> Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 50 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE, SEL</u> Szynka piastowska wp. 20 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> Rukola 5 g Pomidor bez skórki 40 g Bułka wrocławska 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Deser z jogurtu z nasionami chia i jabłkiem 0,5 [Por] x 180 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 186,6 Białko ogółem [g] 57,6 Węglowodany ogółem [g] 177,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 63 Tłuszcz [g] 32,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,7 Sód [mg] 1 058,8 Błonnik pokarmowy [g] 15

2026-09-18 piątek	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Zacierka na mleku 200 ml, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Schab maryny wp. 0,5 [Por] x 40 g Plastry pieczonego buraka 40 g sałata 10 g Bułka wrocławska 60 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt	Mus z jabłek i brzoskwiń 180 ml	Zupa ryżanka z pomidorami 200 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Kotlecik rybny pieczony 100 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, RYB</u> Ziemniaki gotowane 140 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g, Zawiera: <u>MLE</u> Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE, SEL</u> Paszтет 55 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Szynka piastowska wp. 30 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> Rukola 5 g Pomidor bez skórki 80 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	Deser z jogurtu z nasionami chia i jabłkiem 180 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 648,6 Białko ogółem [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 247,2 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 78 Tłuszcz [g] 45,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,2 Sód [mg] 1 910,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,9
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Mozzarella light 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Schab maryny wp. 40 g Plastry pieczonego buraka 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Banan 1 szt Zacierka na mleku 300 ml, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	Mus z jabłek i brzoskwiń 180 ml	Zupa ryżanka z pomidorami 300 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Kotlecik rybny pieczony 100 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, RYB</u> Ziemniaki gotowane 180 g surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100 g, Zawiera: <u>MLE</u> Kompot 200 ml	Salatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE, SEL</u> Paszтет 55 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Szynka piastowska wp. 30 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> Rukola 5 g Pomidor bez skórki 80 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	Deser z jogurtu z nasionami chia i jabłkiem 180 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 999,1 Białko ogółem [g] 96,1 Węglowodany ogółem [g] 297,9 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 82,7 Tłuszcz [g] 52,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,4 Sód [mg] 2 241,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Jogurt 100g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Baton szynkowy dr. 20 g Pasta z twarogu z koperkiem 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor bez skórki 40 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 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	Kisiel owocowy 100 ml	Zupa krem z selera i cukinii 200 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Pulpet wp w sosie pomidorowym 0,5 [Por] x 200 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Kasza jęczmienna 100 g, Zawiera: <u>GLU</u> Buraczki puree 100 g Kompot 200 ml	Jajko z jogurtem i koperkiem 0,5 [Por] x 1 szt, Zawiera: <u>JAJ, MLE</u> Leczo z szynką diet. 50 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> Szynka z wędzarni wp. 0,5 [Por] x 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor bez skórki 40 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Kefir 0,5 [Por] x 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 225,7 Białko ogółem [g] 52,3 Węglowodany ogółem [g] 179,1 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 76,6 Tłuszcz [g] 39,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,4 Sód [mg] 1 605,4 Błonnik pokarmowy [g] 15,2

2026-09-19 sobota	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Muffinka z brokulem i kalaflorem 0,5 [Por] x 100 g, Zawiera: <u>JAJ</u> Pasta z twarogu z koperkiem 40 g, Zawiera: <u>MLE</u> Baton szynkowy dr. 20 g Pomidor bez skórki 40 g sałata 10 g Bułka wrocławska 0,75 [Por] x 80 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	Kisiel owocowy 120 ml	Zupa krem z selera i cukinii 200 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Pulpet wp w sosie pomidorowym 0,5 [Por] x 200 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Kasza jęczmienna 140 g, Zawiera: <u>GLU</u> Buraczki puree 100 g Kompot 200 ml	Leczo z szynką diet. 90 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> Szynka z wędzarni wp. 40 g Jajko z jogurtem i koperkiem 1 szt, Zawiera: <u>JAJ, MLE</u> sałata karbowana 10 g Pomidor bez skórki 40 g Bułka wrocławska 60 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Kefir 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 604,8 Białko ogółem [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 231,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 83 Tłuszcz [g] 51 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,1 Sód [mg] 2 249,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,6
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Muffinka z brokulem i kalaflorem 100 g, Zawiera: <u>JAJ</u> Baton szynkowy dr. 40 g Pomidor bez skórki 80 g sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Jabłko 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 80 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Kisiel owocowy 180 ml	Zupa krem z selera i cukinii 300 ml, Zawiera: <u>SEL</u> Pulpet wp w sosie pomidorowym 200 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ</u> Kasza jęczmienna 160 g, Zawiera: <u>GLU</u> Buraczki puree 100 g Kompot 200 ml	Leczo z szynką diet. 110 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> Szynka z wędzarni wp. 40 g sałata karbowana 10 g Pomidor bez skórki 80 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 Jajko z jogurtem i koperkiem 1 szt, Zawiera: <u>JAJ, MLE</u>	Kefir 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 141,3 Białko ogółem [g] 104,6 Węglowodany ogółem [g] 306,7 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 104,2 Tłuszcz [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Sód [mg] 3 234,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,5
2026-09-20 niedziela	Dieta latwostr. dla dziecka do 3 lat	Płatki owsiane na mleku 200 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Pasta jajeczna z natką pietruszki 40 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE</u> Szynka piastowska wp. 20 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> Plastry pieczonych warzyw 40 g, Zawiera: <u>SEL</u> sałata 10 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 40 g	Ciasto drożdżowe 20 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 200 ml Pierś kurczaka w sosie z brokułami 90 g, Zawiera: <u>MLE</u> Ryż 90 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Naleśnik z serem 1 szt, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Schab z beczki wp. 0,5 [Por] x 40 g Pomidor bez skórki 40 g Bułka wrocławska 40 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt	Jogurt 100g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 227,8 Białko ogółem [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 155,6 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 36,3 Tłuszcz [g] 42,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,1 Sód [mg] 772,6 Błonnik pokarmowy [g] 9

2026-09-20 niedziela	Dieta latwostr. dla dziecka 4-9 lat	Płatki owsiane na mleku 200 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Pasta jajeczna z natką pietruszki 40 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE</u> Szynka piastowska wp. 20 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> Plastry pieczonych warzyw 40 g, Zawiera: <u>SEL</u> salata 10 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 80 g	Ciasto drożdżowe 40 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 200 ml Pierś kurczaka w sosie z brokułami 120 g, Zawiera: <u>MLE</u> Ryż 120 g Cukinia pieczona 100 g Kompot 200 ml	Naleśnik z serem 1 szt, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Schab z beczki wp. 40 g Rukola 10 g Pomidor bez skórki 80 g Bułka wrocławska 60 g, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Pasta z buraka 80 g	Pasta z fileta z warzywami diet. 80 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> Pieczywo diet. 30 g, Zawiera: <u>GLU</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 674,2 Białko ogółem [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 209,4 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 42,7 Tłuszcz [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,8 Sód [mg] 1 131,2 Błonnik pokarmowy [g] 13,6
	Dieta latwostr. dla dziecka 10-18 lat	Pasta jajeczna z natką pietruszki 80 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE</u> Szynka piastowska wp. 40 g, Zawiera: <u>GLU, SOJ, SEL, GOR</u> Plastry pieczonych warzyw 80 g, Zawiera: <u>SEL</u> salata 10 g Bułka wrocławska 32 g, Zawiera: <u>GLU</u> kajzerka 1 szt, Zawiera: <u>GLU</u> masło porcja 10g 1 szt, Zawiera: <u>MLE</u> Herbata bez cukru 200 g woda szpital 1 szt Arbuz plaster 80 g	Ciasto drożdżowe 40 g, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u>	Zupa krem dyniowo-marchewkowy 300 ml Ryż 180 g Kompot 200 ml Pierś kurczaka w sosie z brokułami 200 g, Zawiera: <u>MLE</u> Cukinia pieczona 100 g	Schab z beczki wp. 40 g Rukola 10 g Pomidor bez skórki 80 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 Naleśnik z serem 1 szt, Zawiera: <u>GLU, JAJ, MLE</u> Pasta z buraka 80 g	Pasta z fileta z warzywami diet. 80 g, Zawiera: <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> Pieczywo diet. 30 g, Zawiera: <u>GLU</u>	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 102,1 Białko ogółem [g] 106,5 Węglowodany ogółem [g] 260,8 suma cukrów prostych i dwucukrów [g] 45,4 Tłuszcz [g] 73,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,9 Sód [mg] 1 786,4 Błonnik pokarmowy [g] 16,4