

	czwartek 2026-09-03	piątek 2026-09-04	sobota 2026-09-05	niedziela 2026-09-06	poniedziałek 2026-09-07	wtorek 2026-09-08	środa 2026-09-09
Śniadanie	zupa mleczna z kaszą manną 250g (gluten , mleko) Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Kasza manna Poledwica z piersi kurczaka 50g (gluten , soja , mleko , seler) president twaróg delikatny 50g (mleko) Salata 15g Masło ekstra 15g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	zupa mleczna z zacierką 250g (gluten , jaja , mleko) Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 3/4 szklanki, Makaron dwujajeczny Pieczeń żóławska 50g (gluten , soja , mleko , seler) serek lacyaty puszysty 50g (mleko) Pomidor 80g Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 250g (mleko) Składniki: Mleko bez laktozy, 2% tłuszczu 3/4 szklanki, Płatki ryżowe, błyskawiczne Pasztecik drobiowy 50g Dżem truskawkowy, niskosłodzony 25g Salata 15g Masło ekstra 15g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	zupa mleczna z kaszą manną 250g (gluten , mleko) Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 3/4 szklanki, Kasza manna 1/4 szklanki Poledwica z indyka 50g (gluten , soja , mleko , seler) serek lacyaty twarogowy 50g (mleko) Pomidor 80g Masło ekstra 15g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	zupa mleczna z makaronem 250g (mleko) Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 21 i 1/2 łyżki, Makaron pszenny świderki Pasztecik drobiowy 50g serek kanapkowy 50g (mleko) Salata 15g Masło ekstra 15g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 250g (mleko) Składniki: Mleko bez laktozy, 2% tłuszczu 3/4 szklanki, Płatki ryżowe, błyskawiczne Szynka z piersi kurczaka 50g (gluten , soja , mleko , seler) serek lacyaty twarogowy 50g (mleko) Pomidor 80g Masło ekstra 15g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250g (mleko) Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 21 i 3/4 łyżki, Kasza jaglana 2 i 1/3 łyżki Szynka delikatkowa z kurczaka 50g (gluten , soja , mleko , seler) serek lacyaty puszysty 50g (mleko) Salata 15g Masło ekstra 15g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 250g
II śniadanie	Nektarynka 120g Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g (mleko)	Kefir, 1,5% tłuszczu 200g (mleko) Jabłko 160g	Banan 200g Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g (mleko)	Kefir, 1,5% tłuszczu 200g (mleko) Jabłko 160g	Kefir, 1,5% tłuszczu 200g (mleko) Jabłko 160g	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g (mleko) Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g (mleko)	Kefir, 1,5% tłuszczu 200g (mleko) Jabłko 160g
Obiad	Zupa zacierkowa 350g (gluten , jaja , seler) Składniki: Ziemiaki, późne, Marchew, Makaron dwujajeczny, Pietruszka, korzeń, Por, Kości, wywar, Seler korzeniowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Sól jodowana, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Panierowany filec pieczony 150g (gluten) Składniki: Mintaj, filec bez skóry, świeży, Mąka pszenna, typ 500, Olej rzepakowy, Mąka ziemniaczana, Sól biała Ryż biały, gotowany 200g Gotowana marchew 100g (mleko) Składniki: Marchew, Masło ekstra, Sól biała Woda z sokiem 250g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody	Zupa koperkowa (żywienie zbiorowe) 350g (seler) Składniki: Woda, Ziemiaki, średnio, Włoszczyzna świeża, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe makaron z kurczakiem i warzywami 300g (gluten) Składniki: Makaron pszenny świderki, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cukinia, Woda, Marchew, Papryka czerwona, Cebula, Kukurydza konserwowa, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500, Czosnek, Przyprawa do kurczaka, Sól biała, Ziola prowansalskie, Pieprz czarny Woda z sokiem 249g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody	Zupa barszcz czerwony 350g (seler) Składniki: Kości, wywar, Ziemiaki, wczesne, Buraki, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, vegeta natur 150g Kotlet mielony pieczony 100g (gluten , jaja) Składniki: Wieprzowina, łopatką, Bulka tarta, Jaja kurze całe, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała Ziemiaki, gotowane 200g Gotowana marchew 100g (mleko) Składniki: Marchew, Masło ekstra, Sól biała Woda z sokiem 250g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody	Zupa brokułowa 351g (seler) Składniki: Kości, wywar, Ziemiaki, wczesne, Brokuły, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, vegeta natur 150g Makaron z twarogiem i jabłkami prażonymi 300g (mleko) Składniki: Makaron pszenny świderki, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty, Jabłka prażone, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Cukier, Cynamon w proszku Woda z sokiem 250g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody	Zupa zacierkowa 350g (gluten , jaja , seler) Składniki: Ziemiaki, późne, Marchew, Makaron dwujajeczny, Pietruszka, korzeń, Por, Kości, wywar, Seler korzeniowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Sól jodowana, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Kasza jaglana, gotowana 200g Gulasz warzywny duszony 100g (gluten) Składniki: Cukinia, Papryka czerwona, Marchew, Olej rzepakowy, Czosnek, Pieprz czarny, Sól biała, Mąka pszenna, typ 550 Woda z sokiem 249g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody	Rosół z makaronem 350g (gluten , soja , seler) Składniki: Kości, wywar, makaron pszenny nitka, Marchew, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy, Por, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała Palki pieczone 200g Składniki: Noga (udo) kurczaka, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Pieprz czarny, Sól biała Ziemiaki, gotowane 200g Gotowana marchew 100g (mleko) Składniki: Marchew, Masło ekstra, Sól biała Woda z sokiem 249g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody	Zupa jarzynowa 350g (seler) Składniki: Ziemiaki, wczesne, Kalafior, Kości, wywar, Marchew, Fasolka szparagowa słoiki, Por, Pietruszka, korzeń, Groszek zielony, konserwowy, Seler korzeniowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz biały, Sól biała Potrawka drobiowa z ryżem 300g Składniki: Ryż biały, gotowany, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cukinia, Marchew, Papryka czerwona, Cebula, Kukurydza konserwowa, Por, Czosnek, Papryka w proszku, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Przyprawa do kurczaka, Sól biała Woda z sokiem 249g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody
kolacja	Szynka z udźca kurczaka 50g (gluten , soja , mleko , seler) Pasta twarogowa 60g (mleko) Składniki: Ser twarogowy (twaróg) półtłusty, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Koper ogrodowy Pomidor 80g Masło ekstra 15g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Marchew, gotowana 40g	Poledwica z indyka 50g (gluten , soja , mleko , seler) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 50g (mleko) Salata 15g Masło ekstra 15g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Szynka z udźca kurczaka 50g (gluten , soja , mleko , seler) Serek wiejski naturalny 50g (mleko) Pomidor 80g Masło ekstra 15g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Marchew, gotowana 40g	Poledwica z indyka 50g (gluten , soja , mleko , seler) Jaja kurze całe, gotowane 55g (jaja) Salata 15g Masło ekstra 15g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Pomidor 40g	Szynka z udźca kurczaka 50g (gluten , soja , mleko , seler) Serek wiejski naturalny 50g (mleko) Pomidor 80g Masło ekstra 15g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Marchew, gotowana 40g	Poledwica z indyka 50g (gluten , soja , mleko , seler) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 50g (mleko) Salata 15g Masło ekstra 15g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 226g	Szynka z udźca kurczaka 50g (gluten , soja , mleko , seler) serek kanapkowy 50g (mleko) Pomidor 80g Masło ekstra 15g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Marchew, gotowana 40g
posiłek nocny	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g (mleko)	Kanapka z masłem, sałatą i szynką 120g (gluten , soja , mleko , seler) Składniki: Chleb pszenny, Szynka z piersi kurczaka 3 plastry, Salata 2 liście, Masło ekstra 1 łyżeczka płaska	mleko uht 3,5% ze słomką 200g (mleko)	Kefir, 2% tłuszczu 150g (mleko)	mleko uht 3,5% ze słomką 200g (mleko)	Kanapka z masłem, sałatą i szynką 120g (gluten , soja , mleko , seler) Składniki: Chleb pszenny, Szynka z piersi kurczaka 3 plastry, Salata 2 liście, Masło ekstra 1 łyżeczka płaska	mleko uht 3,5% ze słomką 200g (mleko)
Suma	E [kcal]: 2216.25 , B [g]: 111.1 , T [g]: 57.61 , W [g]: 325.74 , Błonnik [g]: 23.86 , Cukier [g]: 61.17 , Sód [mg]: 3344.73 , Kwasy tł. nas. [g]: 29.63	E [kcal]: 2200.22 , B [g]: 111.46 , T [g]: 58.81 , W [g]: 320 , Błonnik [g]: 22.59 , Cukier [g]: 50.38 , Sód [mg]: 3021.71 , Kwasy tł. nas. [g]: 29.2	E [kcal]: 2148.82 , B [g]: 86.25 , T [g]: 68.6 , W [g]: 308.32 , Błonnik [g]: 23.16 , Cukier [g]: 101.6 , Sód [mg]: 2827.48 , Kwasy tł. nas. [g]: 33.47	E [kcal]: 2333.83 , B [g]: 101.53 , T [g]: 66.75 , W [g]: 342.23 , Błonnik [g]: 20.68 , Cukier [g]: 67.03 , Sód [mg]: 2384.9 , Kwasy tł. nas. [g]: 36.89	E [kcal]: 2127.91 , B [g]: 82.31 , T [g]: 71.96 , W [g]: 300.12 , Błonnik [g]: 23.63 , Cukier [g]: 67.03 , Sód [mg]: 2440.16 , Kwasy tł. nas. [g]: 35.88	E [kcal]: 2416.72 , B [g]: 130.11 , T [g]: 88.97 , W [g]: 281.5 , Błonnik [g]: 18.17 , Cukier [g]: 48.59 , Sód [mg]: 3981.9 , Kwasy tł. nas. [g]: 43.28	E [kcal]: 1925.76 , B [g]: 93.73 , T [g]: 69.67 , W [g]: 241.62 , Błonnik [g]: 22.43 , Cukier [g]: 66.88 , Sód [mg]: 3035.47 , Kwasy tł. nas. [g]: 41.15

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

	czwartek 2026-09-10	piątek 2026-09-11	sobota 2026-09-12
Śniadanie	zupa mleczna z kaszą manną 250g (<u>gluten</u> , <u>mleko</u>) Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 3/4 szklanki, Kasza manna 1/4 szklanki Szynka z piersi kurczaka 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) president twaróg delikatny 50g (<u>mleko</u>) Pomidor 80g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	zupa mleczna z zacierką 250g (<u>gluten</u> , <u>jaja</u> , <u>mleko</u>) Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 3/4 szklanki, Makaron dwujajeczny Pieczeń zulawska 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) serek lacyaty puszysty 50g (<u>mleko</u>) Salata 15g Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 250g (<u>mleko</u>) Składniki: Mleko bez laktozy, 2% tłuszczu 3/4 szklanki, Płatki ryżowe, błyskawiczne Paszтет drobiowy 50g Dżem truskawkowy, niskosłodzony 25g Pomidor 80g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g
II śniadanie	Jabłko 160g Kefir, 1,5% tłuszczu 200g (<u>mleko</u>)	Kefir, 1,5% tłuszczu 200g (<u>mleko</u>) Jabłko 160g	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>) Banan 200g
Obiad	Zupa koperkowa (żywienie zbiorowe) 350g (<u>seler</u>) Składniki: Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Panierowany fileć pieczony 150g (<u>gluten</u>) Składniki: Mintaj, fileć bez skóry, świeży, Mąka pszenna, typ 500, Olej rzepakowy, Mąka ziemniaczana, Sól biała Ziemniaki, gotowane 200g Surówka szwedzka (żywienie zbiorowe) 100g Składniki: Ogórek kiszony, Papryka czerwona, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała Woda z sokiem 249g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody	Zupa kalafiorowaa 350g (<u>seler</u>) Składniki: Kości, wywar, Ziemniaki, wczesne, Kalafior, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Sól biała, vegeta natur 150g Risotto warzywne gotowane 300g (<u>gluten</u>) Składniki: Ryż biały, gotowany, Woda, Cukinia, Fasola czerwona z puszki, Marchew, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pietruszka, korzeń, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Mąka pszenna, typ 550, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała Woda z sokiem 249g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody	Zupa pomidorowa z ryżem 351g (<u>seler</u>) Składniki: Kości, wywar, Ziemniaki, wczesne, Marchew, Ryż biały, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, vegeta natur 150g, Pieprz czarny 1 szczypta Schab duszony w sosie własnym 150g (<u>gluten</u>) Składniki: Wieprzowina, schab surowy bez kości, Cebula, Mąka pszenna, typ 500, Pieprz czarny, Sól biała, Ziola prowansalskie, przyprawa do mięs delikat Ziemniaki, gotowane 200g Surówka z selera (żywienie zbiorowe) 100g (<u>mleko</u> , <u>seler</u>) Składniki: Seler korzeniowy, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Jabłko, Sól biała Woda z sokiem 250g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody
kolacja	Polędwica z indyka 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) Pasta jajeczna z koperkiem 60g (<u>jaja</u>) Składniki: Jaja kurze całe 3/4 sztuki, Koper ogrodowy, Majonez z olejem rzepakowym 1/4 łyżeczki Salata 15g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Pomidor 40g	Szynka z udźca kurczaka 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 50g (<u>mleko</u>) Pomidor 80g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Polędwica z indyka 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) Serek wiejski naturalny 50g (<u>mleko</u>) Salata 15g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Marchew, gotowana 40g
posiłek nocny	mleko uht 3,5% ze słomką 200g (<u>mleko</u>)	Kanapka z masłem, sałatą i szynką 120g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) Składniki: Chleb pszenny, Szynka z piersi kurczaka 3 plasterki, Sałata 2 liście, Masło ekstra 1 łyżeczka płaska	mleko uht 3,5% ze słomką 200g (<u>mleko</u>)
Suma	E [kcal]: 2009.98 , B [g]: 100.16 , T [g]: 69.33 , W [g]: 259.24 , Błonnik [g]: 20.92 , Cukier [g]: 59.49 , Sód [mg]: 3509.67 , Kwasy tł. nas. [g]: 31.85	E [kcal]: 1880.81 , B [g]: 89.67 , T [g]: 52.19 , W [g]: 274.67 , Błonnik [g]: 24.01 , Cukier [g]: 55.1 , Sód [mg]: 3377.82 , Kwasy tł. nas. [g]: 28.53	E [kcal]: 2145.76 , B [g]: 104.49 , T [g]: 60.04 , W [g]: 308.72 , Błonnik [g]: 22.92 , Cukier [g]: 96.08 , Sód [mg]: 2856.54 , Kwasy tł. nas. [g]: 31.68

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne