

	niedziela 2026-09-13	poniedziałek 2026-09-14	wtorek 2026-09-15	środa 2026-09-16	czwartek 2026-09-17	piątek 2026-09-18	sobota 2026-09-19
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 wieprzowa, gotowana 50g serek lacyaty twarózkowy 50g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży (długi) 80g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) 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 Pasztet drobiowy 50g serek kanapkowy 50g (<u>mleko</u>) Pomidor 80g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	zupa mleczna z makaronem 250g (<u>mleko</u>) Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 21 i 1/2 łyżki, Makaron pszenny świderki Szynka kanapkowa 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) Rzodkiewka 30g serek lacyaty twarózkowy 50g (<u>mleko</u>) Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 250g (<u>mleko</u>) Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu 21 i 3/4 łyżki, Kasza jaglana 2 i 1/3 łyżki Szynka wieprzowa, gotowana 50g serek lacyaty puszysty 50g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży (długi) 80g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	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 Kielbasa krakowska, sucha 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u> , <u>gorczyca</u>) Pomidor 80g prezydent twaróg delikatny 50g (<u>mleko</u>) Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<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 żuławska 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) serek lacyaty puszysty 50g (<u>mleko</u>) Rzodkiewka 2 sztuki 30g Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Pomidor 80g	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 250g (<u>mleko</u>) Składniki: Mleko bez laktozy, 2% tłuszczu 3/4 szklanki, Płatki ryżowe, błyskawiczne Pasztet drobiowy 50g Dżem truskawkowy, niskosłodzony 25g Salata 15g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g
Obiad	Zupa koperkowa (żywienie zbiorowe) 350g (<u>seler</u>) Składniki: Kości, wywar, Ziemiaki, średnio, Włoszczyzna świeża, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Kaszotto mięsno- warzywne z kaszą pęczak duszone 300g (<u>gluten</u>) Składniki: Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana, Wieprzowina, szynka surowa, Cukinia, Papryka czerwona, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Woda, Cebula, Groszek zielony, konserwowy, Marchew, Olej rzepakowy, Pietruszka, korzeń, Majeranek suszony, Papryka w proszku, Pieprz biały, Sól biała Woda z sokiem 250g Składniki: Kości, wywar, syrop do wody	Zupa ogórkowa 350g (<u>seler</u>) Składniki: Ogórek kiszony, Ziemiaki, wczesne, Woda, Kości, wywar, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, vegeta natur 150g Spaghetti bolońskie 300g (<u>gluten</u> , <u>jaja</u>) Składniki: Makaron spaghetti, Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Marchew, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Pietruszka, korzeń, Koncentrat pomidorowy, 30%, Ziola prowansalskie, Pieprz czarny, Przyprawa do mięsa mielonego, Sól biała Woda z sokiem 249g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody	Zupa grochowa 350g (<u>seler</u>) Składniki: Kości, wywar, Ziemiaki, wczesne, Groch, nasiona suche, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, vegeta natur 150g Kotlet mielony (żywienie zbiorowe) 100g (<u>gluten</u> , <u>jaja</u>) Składniki: Wieprzowina, łopatka, Bułka tarta, Jaja kurze całe, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała Ziemiaki, gotowane 200g Surówka wielowarzywna 100g Składniki: Kapusta biała, Ogórek świeży (długi), Cebula, Marchew, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała Woda z sokiem 249g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody	Zupa grochowa 350g (<u>seler</u>) Składniki: Kości, wywar, Ziemiaki, wczesne, Groch, nasiona suche, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, vegeta natur 150g Pulpet w sosie pomidorowym 150g (<u>gluten</u> , <u>jaja</u>) Składniki: Wieprzowina, szynka surowa, Jaja kurze całe, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, Bułka tarta, Mąka pszenna, typ 500, Pieprz czarny, Sól biała Kasza gryczana, gotowana 200g Surówka z marchewki 100g (<u>mleko</u>) Składniki: Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Jabłko, Sól biała Woda z sokiem 249g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody	Zupa pomidorowa z makaronem 351g (<u>seler</u>) Składniki: Kości, wywar, Ziemiaki, wczesne, Makaron pszenny świderki, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Pieprz czarny 1 szczypta, vegeta natur 150g Panierowany filet pieczony 150g (<u>gluten</u>) Składniki: Mintaj, filet bez skóry, świeży, Mąka pszenna, typ 500, Olej rzepakowy, Mąka ziemniaczana, Sól biała Ziemiaki, gotowane 200g Surówka z kapusty kiszzonek 100g Składniki: Kapusta kiszona, Cebula, Marchew, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała Woda z sokiem 249g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody	Zupa brokułowaa 351g (<u>seler</u>) Składniki: Kości, wywar, Ziemiaki, wczesne, Brokuły, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, vegeta natur 150g Pierś pieczona 123g Składniki: Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Przyprawa do kurczaka, Sól biała Woda z sokiem 249g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody Ziemiaki, gotowane 200g Surówka szwedzka (żywienie zbiorowe) 100g Składniki: Ogórek kiszony, Cebula, Papryka czerwona, Olej rzepakowy, Cukier, Pieprz czarny, Sól biała	zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350g (<u>gluten</u> , <u>seler</u>) Składniki: Kości, wywar, Ziemiaki, wczesne, Kasza jęczmienna, perłowa, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, vegeta natur 150g Pulpet gotowany w sosie koperkowym 150g (<u>gluten</u> , <u>jaja</u> , <u>mleko</u>) Składniki: Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Olej rzepakowy, Śmietana 12% do zup i sosów, Bułka tarta, Cebula, Jaja kurze całe, Mąka pszenna, typ 550, Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała, przyprawa do mięs delikat Ziemiaki, gotowane 200g Surówka z czerwonej kapusty (żywienie zbiorowe) 100g Składniki: Kapusta czerwona, Cebula, Olej rzepakowy, Cukier, 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>) Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>) Pomidor 120g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Paprykarz "Szczeciński" 50g (<u>gluten</u> , <u>ryby</u> , <u>soja</u> , <u>gorczyca</u>) Serek wiejski naturalny 50g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży (długi) 80g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Marchew, gotowana 40g	Polędwica sopocka 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 50g (<u>mleko</u>) Pomidor 120g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 1 kromka 35g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 1 i 1/3 kromki 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 226g	Polędwica z indyka 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) serek kanapkowy 50g (<u>mleko</u>) Salata 15g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Rzodkiewka 2 sztuki 30g	Szynka z udźca kurczaka 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60g (<u>jaja</u>) Składniki: Jaja kurze całe 3/4 sztuki, Szczypiorek 3/4 łyżki, Majonez z olejem rzepakowym 1/4 łyżeczki Salata 15g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Marchew, gotowana 40g	Kielbasa krakowska, sucha 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u> , <u>gorczyca</u>) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 50g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży (długi) 80g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<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>) Pomidor 80g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Marchew, gotowana 40g
posiłek nocny	Kefir, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)	Kanapka z masłem, sałatą i szynką 120g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) Składniki: Chleb żytni razowy 2 kromki, Szynka z piersi kurczaka 3 plastry, Sałata 2 liście, Masło ekstra 1 łyżeczka płaska	mleko uht 3,5% ze słomką 200g (<u>mleko</u>)	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 żytni razowy 2 kromki, Szynka z piersi kurczaka 3 plastry, Sałata 2 liście, Masło ekstra 1 łyżeczka płaska	mleko uht 3,5% ze słomką 200g (<u>mleko</u>)
Suma	E [kcal]: 1777.01, B [g]: 87.88, T [g]: 71.09, W [g]: 210.27, Błonnik [g]: 22.34, Cukier [g]: 34.67, Sód [mg]: 2396.37, Kwasy tł. nas. [g]: 34.97	E [kcal]: 1977.85, B [g]: 86.3, T [g]: 63.93, W [g]: 275.34, Błonnik [g]: 22.05, Cukier [g]: 39.86, Sód [mg]: 3714.53, Kwasy tł. nas. [g]: 31.86	E [kcal]: 2052.23, B [g]: 103.27, T [g]: 71.8, W [g]: 265.45, Błonnik [g]: 32.92, Cukier [g]: 33.56, Sód [mg]: 3590.98, Kwasy tł. nas. [g]: 36.6	E [kcal]: 2018.55, B [g]: 106.28, T [g]: 73.39, W [g]: 247.4, Błonnik [g]: 28.07, Cukier [g]: 41.09, Sód [mg]: 2909.18, Kwasy tł. nas. [g]: 42.32	E [kcal]: 1990.25, B [g]: 99.94, T [g]: 74.32, W [g]: 244.34, Błonnik [g]: 23.1, Cukier [g]: 38.15, Sód [mg]: 3369.45, Kwasy tł. nas. [g]: 33.25	E [kcal]: 1958.17, B [g]: 107.97, T [g]: 69.61, W [g]: 239.11, Błonnik [g]: 26.61, Cukier [g]: 33.26, Sód [mg]: 4271.68, Kwasy tł. nas. [g]: 30.65	E [kcal]: 1975.11, B [g]: 83.18, T [g]: 74.4, W [g]: 254.58, Błonnik [g]: 22.39, Cukier [g]: 52.72, Sód [mg]: 2760.71, Kwasy tł. nas. [g]: 31.26

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne

	niedziela 2026-09-20	poniedziałek 2026-09-21	wtorek 2026-09-22
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 wieprzowa, gotowana 50g serek lacyaty twarogowy 50g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży (długi) 80g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<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 żuławska 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) serek lacyaty puszysty 50g (<u>mleko</u>) Rzodkiewka 2 sztuki 30g Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Pomidor 80g	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 250g (<u>mleko</u>) Składniki: Mleko bez laktozy, 2% tłuszczu 3/4 szklanki, Płatki ryżowe, błyskawiczne Szynka kanapkowa 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) Rzodkiewka 30g serek lacyaty twarogowy 50g (<u>mleko</u>) Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g
Obiad	Zupa jarzynowa 350g (<u>seler</u>) Składniki: Ziemniaki, wczesne, Kalafior, Kości, wywar, Marchew, Fasolka szparagowa słoik, Por, Pietruszka, korzeń, Groszek zielony, konserwowy, Seler korzeniowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz biały, Sól biała Makaron z twarogiem i okrasą 300g (<u>mleko</u>) Składniki: Makaron pszenny świderki, Wieprzowina, szynka surowa, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty, Marchew, Cebula, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Pieprz czarny, Sól biała Woda z sokiem 250g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody	Zupa kapuśniak 350g (<u>seler</u>) Składniki: Kości, wywar, Ziemniaki, wczesne, Kapusta kiszona, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, vegeta natur 150g Gulasz mięsno-warzywny duszony 150g (<u>gluten</u>) Składniki: Wieprzowina, szynka surowa, Kukinia, Marchew, Olej rzepakowy, Papryka czerwona, Czosnek, Pieprz czarny, Sól biała, Mąka pszenna, typ 550 Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana 200g (<u>gluten</u>) Woda z sokiem 250g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody	Rosół z makaronem 350g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>seler</u>) Składniki: Kości, wywar, makaron pszenny nitka, Marchew, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy, Por, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała Kotlet pożarski pieczony 100g (<u>gluten</u> , <u>jaja</u>) Składniki: Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Bułka tarta, Jaja kurze całe, Mąka pszenna, typ 550, Pieprz czarny, Sól biała Ziemniaki, gotowane 200g Surówka z buraków (żywienie zbiorowe) 100g Składniki: Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny, Sól biała Woda z sokiem 249g Składniki: Woda 1 i 0.02 szklanki, syrop do wody
	kolacja Połędwica z indyka 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>) Pomidor 120g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Kielbasa krakowska, sucha 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u> , <u>gorczyca</u>) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 50g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży (długi) 80g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 40g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Połędwica sopocka 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 50g (<u>mleko</u>) Pomidor 120g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 1 kromka 35g (<u>gluten</u>) Chleb żytni razowy 1 i 1/3 kromki 40g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 226g
posilek nocny	Kefir, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)	Kanapka z masłem, sałatą i szynką 120g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) Składniki: Chleb żytni razowy 2 kromki, Szynka z piersi kurczaka 3 plastry, Sałata 2 liście, Masło ekstra 1 łyżeczka płaska	Kanapka z masłem, sałatą i szynką 120g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) Składniki: Chleb żytni razowy 2 kromki, Szynka z piersi kurczaka 3 plastry, Sałata 2 liście, Masło ekstra 1 łyżeczka płaska
Suma	E [kcal]: 2112.4 , B [g]: 107.86 , T [g]: 71.21 , W [g]: 272.31 , Błonnik [g]: 24.17 , Cukier [g]: 38.88 , Sód [mg]: 2802.92 , Kwasy tł. nas. [g]: 36.84	E [kcal]: 2011.22 , B [g]: 103.56 , T [g]: 71.35 , W [g]: 253.15 , Błonnik [g]: 26.33 , Cukier [g]: 29.61 , Sód [mg]: 3346.83 , Kwasy tł. nas. [g]: 32.09	E [kcal]: 2061.65 , B [g]: 101.86 , T [g]: 70.21 , W [g]: 266.99 , Błonnik [g]: 25.77 , Cukier [g]: 36.42 , Sód [mg]: 3446.03 , Kwasy tł. nas. [g]: 34.59

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, 10-Gorczyca i produkty pochodne