

	sobota 2026-10-03	niedziela 2026-10-04	poniedziałek 2026-10-05	wtorek 2026-10-06	środa 2026-10-07	czwartek 2026-10-08	piątek 2026-10-09
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 250g <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , 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	zupa mleczna z kaszą manną 250g <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Kasza manna (gluten)</u> Szynka z piersi kurczaka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) serek lacyaty twarozkowy 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 płatkami owsianymi 250g <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Płatki owsiane (gluten)</u> Paszтет drobiowy 50g serek kanapkowy 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 płatkami ryżowymi 250g <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Płatki ryżowe, błyskawiczne Szynka z piersi kurczaka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) serek lacyaty puszysty 50g (<u>mleko</u>) Salata 15g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	zupa mleczna z kaszą manną 250g <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Kasza manna (gluten)</u> Szynka z indyka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) serek lacyaty twarozkowy 50g (<u>mleko</u>) Salata 15g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250g <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Płatki owsiane (gluten)</u> Szynka z piersi kurczaka 50g (<u>gluten, soja, mleko, 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>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Makaron dwujajeczny (gluten,jaja)</u> Pieczeń żuławska 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) serek lacyaty puszysty 50g (<u>mleko</u>) Pomidor 80g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g
Obiad	Zupa gospodarcza 350g Kości, wywar, Ziemniaki, wczesne, Marchew, Pietruszka, korzeń, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Por, <u>Makaron dwujajeczny (gluten,jaja)</u> , Koncentrat pomidorowy, 30%, Sól biała, Pieprz czarny, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Pulpet gotowany w sosie własnym 100g Wieprzowina, łopatką, <u>Bułka tarta (gluten)</u> , <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała Ziemniaki, gotowane 200g Gotowana fasolka szparagowa 100g Fasolka szparagowa słoik, <u>Masło ekstra (mleko)</u> , Sól biała Woda z sokiem 250g Woda, syrop do wody	Zupa brokułowaa 350g Kości, wywar, Ziemniaki, wczesne, Brokuły, Marchew, Pietruszka, korzeń, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Por, Pieprz czarny, Sól biała, vegeta natur 150g Potrąwka drobiowa duszona z makaronem 300g Makaron pszenny świderki, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cukinia, Marchew, Olej rzepakowy, Por, Pieprz czarny, Przyprawa do kurczaka, Sól biała Woda z sokiem 250g Woda, syrop do wody	Zupa zacierkowa 350g Ziemniaki, późne, Marchew, <u>Makaron dwujajeczny (gluten,jaja)</u> , Pietruszka, korzeń, Por, Kości, wywar, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Sól jodowana, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Gulasz mięsno-warzywny duszony 192g Wieprzowina, szynka surowa, Cukinia, Marchew, Papryka czerwona, Olej rzepakowy, Czosnek, Pieprz czarny, Sól biała, <u>Maka pszenna, typ 550 (gluten)</u> Kasza jaglana, gotowana 200g Woda z sokiem 250g Woda, syrop do wody	Zupa z fasolki szparagowej 350g Kości, wywar, Ziemniaki, późne, Fasolka szparagowa słoik, Marchew, Pietruszka, korzeń, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Por, Pieprz czarny, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Oszukane gołabki pieczone w sosie pomidorowym 150g Wieprzowina, łopatką, Ryż biały, gotowany, Olej rzepakowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, <u>Maka pszenna, typ 500 (gluten)</u> , Pieprz czarny, Sól biała Ziemniaki, gotowane 200g Gotowana marchew 100g Marchew, <u>Masło ekstra (mleko)</u> , Sól biała Woda z sokiem 249g Woda, syrop do wody	Zupa jarzynowa 350g Ziemniaki, wczesne, Kalafior, Kości, wywar, Marchew, Fasolka szparagowa słoik, Por, Pietruszka, korzeń, Groszek zielony, konserwowy, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz biały, Sól biała Strogonow warzywny z ryżem duszony 300g Ryż biały, Woda, Cukinia, Kalafior, Cebula, Olej rzepakowy, <u>Maka pszenna, typ 500 (gluten)</u> , Koncentrat pomidorowy, 30%, Papryka w proszku, Pieprz czarny, Sól biała Woda z sokiem 250g Woda, syrop do wody	Zupa barszcz czerwony 350g Kości, wywar, Ziemniaki, wczesne, Buraki, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Majeranek suszony, vegeta natur 150g Rybny filet pieczony 156g Mintaj, filet bez skóry, świeży, Olej rzepakowy, <u>Maka pszenna, typ 500 (gluten)</u> , Sól biała Ziemniaki, gotowane 200g Warzywa po grecku warzywa 100g Marchew, Pietruszka, korzeń, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Por, Pieprz czarny, Sól biała Woda z sokiem 249g Woda, syrop do wody	Zupa kalafiorowaa 350g Ziemniaki, wczesne, Kalafior, Kości, wywar, Marchew, Pietruszka, korzeń, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Por, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Sól biała, vegeta natur 150g Pulpet gotowany w sosie koperkowym 150g Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Olej rzepakowy, <u>Śmietana 12% do zup i sosów (mleko)</u> , <u>Bułka tarta (gluten)</u> , <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Maka pszenna, typ 550 (gluten)</u> , Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała, przyprawa do mięs delikat Ziemniaki, gotowane 200g Gotowana marchew 130g Marchew, <u>Masło ekstra (mleko)</u> , Sól biała Woda z sokiem 249g Woda, syrop do wody
kolacja	Polędwica z indyka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 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 90g	Szynka z udźca kurczaka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>) Salata 15g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Marchew, gotowana 90g	Polędwica z indyka 50g (<u>gluten, soja, mleko, 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 90g	Szynka z udźca kurczaka 50g (<u>gluten, soja, mleko, 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 Marchew, gotowana 90g	Polędwica z indyka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) serek kanapkowy 50g (<u>mleko</u>) Pomidor 80g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Marchew, gotowana 40g	Szynka z udźca kurczaka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Pasta twarogowa 50g <u>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (mleko)</u> , <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Koper ogrodowy Salata 15g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Marchew, gotowana 80g	Polędwica z indyka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) president twaróg delikatny 50g (<u>mleko</u>) Salata 15g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g
posilek nocny	Kefir, 2% tłuszczu 200g (<u>mleko</u>)	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)	Kefir, 2% tłuszczu 200g (<u>mleko</u>)	Kanapka z masłem, sałatą i szynką 55g <u>Chleb pszenny (gluten)</u> , <u>Szynka z piersi kurczaka (gluten,mleko,soja,seler)</u> , <u>Masło ekstra (mleko)</u> , Salata	Kefir, 2% tłuszczu 200g (<u>mleko</u>)	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)	Kanapka z masłem, sałatą i szynką 55g <u>Chleb pszenny (gluten)</u> , <u>Szynka z piersi kurczaka (gluten,mleko,soja,seler)</u> , <u>Masło ekstra (mleko)</u> , Salata
Suma	E [kcal]: 1900.93 , B [g]: 83.46 , T [g]: 62.8 , W [g]: 259.18 , Błonnik [g]: 21.34 , Cukier [g]: 52.84 , Sód [mg]: 2667.99 , Kwasy tł. nas. [g]: 29.58	E [kcal]: 2166.83 , B [g]: 103.11 , T [g]: 75.33 , W [g]: 280.23 , Błonnik [g]: 20.96 , Cukier [g]: 37.81 , Sód [mg]: 3172.85 , Kwasy tł. nas. [g]: 33.38	E [kcal]: 2139.07 , B [g]: 96.08 , T [g]: 75.2 , W [g]: 282.87 , Błonnik [g]: 24.61 , Cukier [g]: 44.08 , Sód [mg]: 2495.6 , Kwasy tł. nas. [g]: 34.21	E [kcal]: 2014.71 , B [g]: 97.46 , T [g]: 72.36 , W [g]: 253.96 , Błonnik [g]: 22.6 , Cukier [g]: 36.55 , Sód [mg]: 3570.22 , Kwasy tł. nas. [g]: 38.27	E [kcal]: 1978.66 , B [g]: 72.91 , T [g]: 65.74 , W [g]: 284.32 , Błonnik [g]: 21 , Cukier [g]: 41.16 , Sód [mg]: 2660.3 , Kwasy tł. nas. [g]: 36.48	E [kcal]: 1875.01 , B [g]: 100.41 , T [g]: 63.72 , W [g]: 236.93 , Błonnik [g]: 22.96 , Cukier [g]: 45.11 , Sód [mg]: 3082.26 , Kwasy tł. nas. [g]: 27.42	E [kcal]: 1995.35 , B [g]: 88.33 , T [g]: 79.56 , W [g]: 243.81 , Błonnik [g]: 23.03 , Cukier [g]: 36.88 , Sód [mg]: 3432.33 , Kwasy tł. nas. [g]: 40.68

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

	sobota 2026-10-10	niedziela 2026-10-11	poniedziałek 2026-10-12
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 250g <u>Mleko bez laktozy, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Płatki ryżowe, błyskawiczne Paszтет drobiowy 50g Dżem truskawkowy, niskosłodzony 25g Salata 15g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	zupa mleczna z kaszą manną 250g <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Kasza manna (gluten)</u> Szynka z indyka 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) serek łaciaty twarogowy 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 płatkami owsianymi 250g <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Płatki owsiane (gluten)</u> Paszтет drobiowy 50g serek kanapkowy 50g (<u>mleko</u>) Pomidor 80g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350g Kości, wywar, Marchew, Makaron pszenny świderki, Pietruszka, korzeń, Por, Seler korzeniowy (seler) , Koncentrat pomidorowy, 30%, Pieprz czarny, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), vegeta natur 150g Pałki pieczone 200g Noga (ud) kurczaka, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Pieprz czarny, Sól biała Ziemniaki, gotowane 200g Pomidory z jogurtem naturalnym 100g Pomidor, <u>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</u> , Koper ogrodowy Woda z sokiem 250g Woda, syrop do wody	Zupa jarzynowa 350g Ziemniaki, wczesne, Kalafior, Kości, wywar, Marchew, Fasolka szparagowa słoik, Por, Pietruszka, korzeń, Groszek zielony, konserwowy, Seler korzeniowy (seler) , Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz biały, Sól biała Lekkostrawny schab duszony w lekkim sosie 150g Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, <u>Maka pszenna, typ 500 (gluten)</u> , Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Tymianek suszony, Ziele angielskie całe Kasza jaglana, gotowana 200g Gotowana fasolka szparagowa 100g Fasolka szparagowa słoik, Masło ekstra (mleko) , Sól biała Woda z sokiem 250g Woda, syrop do wody	Zupa koperkowa (żywienie zbiorowe) 350g <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Woda, Ziemniaki, średnio, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Spaghetti bolońskie 300g <u>Makaron spaghetti (gluten,jaja)</u> , Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Marchew, Pietruszka, korzeń, Pomidory krojone w puszce lub kartoniku, Koncentrat pomidorowy, 30%, Ziola prowansalskie, Pieprz czarny, Przyprawa do mięsa mielonego, Sól biała Woda z sokiem 250g Woda, syrop do wody
kolacja	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 Marchew, gotowana 90g	Połędwica z indyka 50g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>seler</u>) Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>) Salata 15g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb pszenny 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Marchew, gotowana 40g	Szynka z udźca kurczaka 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	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)	Kefir, 2% tłuszczu 200g (<u>mleko</u>)	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (<u>mleko</u>)
Suma	E [kcal]: 2024.3 , B [g]: 102 , T [g]: 75.29 , W [g]: 244.67 , Błonnik [g]: 19.26 , Cukier [g]: 52.46 , Sód [mg]: 2080.42 , Kwasy tł. nas. [g]: 30.77	E [kcal]: 1896.77 , B [g]: 95.27 , T [g]: 64.61 , W [g]: 242.14 , Błonnik [g]: 20.53 , Cukier [g]: 36.95 , Sód [mg]: 2730.23 , Kwasy tł. nas. [g]: 36.01	E [kcal]: 1962.62 , B [g]: 94.84 , T [g]: 64.12 , W [g]: 266.66 , Błonnik [g]: 23.53 , Cukier [g]: 38.07 , Sód [mg]: 2253.54 , Kwasy tł. nas. [g]: 32.87

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