

	środa 2026-07-15	czwartek 2026-07-16	piątek 2026-07-17	sobota 2026-07-18	niedziela 2026-07-19	poniedziałek 2026-07-20	wtorek 2026-07-21
Śniadanie	Zupa mleczna z razowym makaronem 250g Składniki: <u>Mleko bez laktozy 2% (mleko)</u> , Makaron pełnoziarnisty Paprykarz "Szczeciński" 50g (<u>gluten</u> , ryby, soja, gorczyca) serek kanapkowy 50g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Ogórek świeży 80g Herbata czarna 250g E: 722.6 kcal, B: 27.51 g, T: 27.78 g, W: 95.42 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Płatki owsiane (gluten)</u> Szynka wieprzowa 50g prezydent twaróg delikatny 50g Salata 10g Ogórek świeży 50g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 671.5 kcal, B: 32.33 g, T: 22.83 g, W: 89.67 g	Zupa mleczna z razowym makaronem 250g Składniki: <u>Mleko bez laktozy 2% (mleko)</u> , Makaron pełnoziarnisty Pieczeń żuławska 50g (<u>gluten</u> , soja, mleko, seler) serek łaciaty puszysty 150g 50g (<u>mleko</u>) Pomidor 80g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 756.6 kcal, B: 29.27 g, T: 31.31 g, W: 94.73 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Płatki owsiane (gluten)</u> Szynka kanapkowa 50g (<u>gluten</u> , soja, mleko, seler) prezydent twaróg delikatny 50g Salata 10g Pomidor 50g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 665 kcal, B: 31.03 g, T: 22.43 g, W: 90.47 g	Zupa mleczna z razowym makaronem 250g Składniki: <u>Mleko bez laktozy 2% (mleko)</u> , Makaron pełnoziarnisty Polędwica z indyka 50g (<u>gluten</u> , soja, mleko, seler) <u>Ser twarogowy (twaróg)</u> półtłusty 50g (<u>mleko</u>) Pomidor 80g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 671.1 kcal, B: 36.47 g, T: 19.56 g, W: 92.58 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Płatki owsiane (gluten)</u> Pasztet drobiowy 50g serek kanapkowy 50g Ogórek świeży 80g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 742.6 kcal, B: 28.4 g, T: 31.29 g, W: 92.2 g	Zupa mleczna z razowym makaronem 250g Składniki: <u>Mleko bez laktozy 2% (mleko)</u> , Makaron pełnoziarnisty Polędwica sopocka 50g (<u>gluten</u> , soja, mleko, seler) <u>Ser twarogowy (twaróg)</u> półtłusty 50g (<u>mleko</u>) Rzodkiewka 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 671.3 kcal, B: 38.95 g, T: 19.11 g, W: 91.02 g
II śniadanie	Jabłko 160g Słonecznik 20g E: 195.4 kcal, B: 5.52 g, T: 9.38 g, W: 24.28 g	Słonecznik 20g Gruszka 180g E: 219.8 kcal, B: 5.96 g, T: 9.1 g, W: 30.84 g	Słonecznik 20g Jabłko 160g E: 195.4 kcal, B: 5.52 g, T: 9.38 g, W: 24.28 g	Gruszka 180g Słonecznik 20g E: 219.8 kcal, B: 5.96 g, T: 9.1 g, W: 30.84 g	Jabłko 120g Słonecznik 20g E: 175.4 kcal, B: 5.36 g, T: 9.22 g, W: 19.44 g	Gruszka 180g Słonecznik 20g E: 219.8 kcal, B: 5.96 g, T: 9.1 g, W: 30.84 g	Jabłko 160g Słonecznik 20g mleko uht 3,5% ze słomką 200g E: 195.4 kcal, B: 5.52 g, T: 9.38 g, W: 24.28 g

	środa 2026-07-15	czwartek 2026-07-16	piątek 2026-07-17	sobota 2026-07-18	niedziela 2026-07-19	poniedziałek 2026-07-20	wtorek 2026-07-21
Obiad	Zupa krupnik 350g Składniki: Woda 2/3 szklanki, Ziemniaki, <u>Włoszczyzna (seler)</u> 1/10 pęczka, Kości, <u>Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</u> 1/3 łyżki, Pietruszka 1/3 łyżeczki, Koperek 1/3 łyżeczki, Liście laurowe 1/3 liścia, Ziele angielskie 1/3 sztuki Potrąwka drobiowa z makaronem 300g Składniki: Makaron pełnoziarnisty, Pierś z kurczaka, Cukinia 1/10 sztuki, Marchew 1/2 sztuki, Przecier pomidorowy, Kukurydza, Olej rzepakowy, Pietruszka 1/2 łyżeczki, Majeranek 1/2 szczypty Woda z sokiem 250g Składniki: Woda, syrop do wody	Zupa grochowa (żywienie zbiorowe) 350g Składniki: Kości, Ziemniaki, Groch, Marchew, Cukier, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie Dorsz , filety pieczone 120g (<u>ryby</u>) Ziemniaki 200g Surówka z kiszanej kapusty i marchewki 100g Składniki: Kapusta kiszona 2/3 szklanki, Marchew, Olej rzepakowy 2/3 łyżeczki, Cebula Woda z sokiem 250g Składniki: Woda, syrop do wody	Rosół 350g Składniki: Kości, Por 1/4 sztuki, Marchew 1/3 sztuki średniej, Pietruszka 1 sztuki malej, Makaron pełnoziarnisty, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> 1/3 plaster cienki, Ziele angielskie 1 i 1/3 sztuki, Pietruszka 1/3 łyżeczki, Sól, Liście laurowe 1 liścia Kotlet mielony (żywienie zbiorowe) 106g Składniki: Szynka wieprzowa, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Bułka tarta (gluten)</u> , Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz, Sól Ziemniaki 200g Surówka z marchewki 100g Składniki: Marchew, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Jabłko, Sól Woda z sokiem 250g Składniki: Kości, syrop do wody	Zupa gospodarcza 350g Składniki: Kości, Ziemniaki, Marchew, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , <u>Makaron dwujajeczny (gluten,jaja)</u> , Pietruszka, Groszek zielony, Koncentrat pomid. 30%, Por, Sól, Liście laurowe, Pieprz, Ziele angielskie Pałki pieczone 250g Składniki: Udko kurczaka, Olej rzepakowy, Papryka, Pieprz, Sól Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 108g Składniki: Kapusta pekińska, Ogórek świeży, Kukurydza, Olej rzepakowy, Cebula, Koperek Woda z sokiem 250g Składniki: Woda, syrop do wody	Zupa fasolowa 349g Składniki: Kości, Ziemniaki, Fasola biała, Marchew, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Pietruszka, Por, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie Kaszotto warzywne z kaszą pęczak 300g Składniki: <u>Kasza jęczmienna</u> , <u>peczak (gluten)</u> , Woda, Cukinia, Fasola czerwona z puszkii, Papryka czerwona, Pomidory z puszkii, Cebula, Groszek zielony, Marchew, Olej rzepakowy, Pietruszka, Majeranek, Papryka, Pieprz biały, Sól Woda z sokiem 250g Składniki: Kości, syrop do wody	Zupa kapuśniak z kwaśnej kapusty (żywienie zbiorowe) 350g Składniki: Kości, Kapusta kwaszona, Ziemniaki, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Boczek wędzony, Cebula, Cukier, Papryka, Sól, Ziele angielskie Spaghetti bolońskie 300g Składniki: Makaron pełnoziarnisty, Szynka wieprzowa, Woda, Marchew, Pomidory z puszkii, Pietruszka, Koncentrat pomid. 30%, Ziola prowansalskie, Pieprz, Przyprawa do mięsa mielonego, Sól Woda z sokiem 250g Składniki: Woda, syrop do wody	Zupa koperkowa (żywienie zbiorowe) 351g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Ziemniaki, <u>Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</u> , Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie Kotlet pożarski 106g Składniki: Pierś z kurczaka, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Bułka tarta (gluten)</u> , Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty 100g Składniki: Kapusta czerwona, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól Woda z sokiem 250g Składniki: Woda, syrop do wody
	E: 619.95 kcal, B: 36.56 g, T: 9.68 g, W: 103.95 g	E: 469.78 kcal, B: 41.23 g, T: 4.92 g, W: 72.13 g	E: 497.62 kcal, B: 36.35 g, T: 9.76 g, W: 71.81 g	E: 806.51 kcal, B: 51.61 g, T: 38.29 g, W: 68.21 g	E: 693.5 kcal, B: 25.28 g, T: 13.61 g, W: 125.86 g	E: 603.46 kcal, B: 39.47 g, T: 8.94 g, W: 96.41 g	E: 422.89 kcal, B: 29.08 g, T: 9.27 g, W: 63.11 g
kolacja	Polędwica z indyka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) serek łaciaty płaski 135g 50g (<u>mleko</u>) Pomidor 80g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 449.1 kcal, B: 16.56 g, T: 23.57 g, W: 46.81 g	Szynka z udźca kurczaka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60g Składniki: <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> 3/4 sztuki, Szczypiorek 3/4 łyżki, <u>Majonez (jaja)</u> 1/4 łyżeczki Rzodkiewka 30g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 413.32 kcal, B: 20.77 g, T: 19.38 g, W: 42.93 g	Szynka z udźca kurczaka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) serek kanapkowy 50g Ogórek świeży 80g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 410.1 kcal, B: 17.7 g, T: 19.34 g, W: 44.75 g	Polędwica sopocka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) prezydent twaróg delikatny 50g Sałata 10g Pomidor 50g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 387.5 kcal, B: 20.83 g, T: 15.18 g, W: 45.77 g	Polędwica z indyka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Jaja kurze całe, gotowane 50g (<u>jaja</u>) Ogórek świeży 80g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 390.1 kcal, B: 19.75 g, T: 16.84 g, W: 43.7 g	Paprykarz "Szczeciński" 50g (<u>gluten, ryby, soja, gorczyca</u>) Serek wiejski naturalny 50g (<u>mleko</u>) Pomidor 50g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 404.4 kcal, B: 15.94 g, T: 18.16 g, W: 48.38 g	Kielbasa krakowska 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler, gorczyca</u>) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 50g (<u>mleko</u>) Sałata 10g Ogórek świeży 50g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 486 kcal, B: 29.48 g, T: 22.78 g, W: 44.62 g

	środa 2026-07-15	czwartek 2026-07-16	piątek 2026-07-17	sobota 2026-07-18	niedziela 2026-07-19	poniedziałek 2026-07-20	wtorek 2026-07-21
posiłek nocny	Marchew 40g mleko uht 3,5% ze słomką 200g E: 13.2 kcal, B: 0.4 g, T: 0.08 g, W: 3.48 g	Papryka czerwona 40g mleko uht 3,5% ze słomką 200g E: 12.8 kcal, B: 0.52 g, T: 0.2 g, W: 2.64 g	Kanapka z masłem, sałatą, pomidorem i szynką 120g Składniki: Chleb żytni razowy (gluten) 2 kromki, Szynka z piersi kurczaka (gluten,mleko,soja,seler) 3 plastry, Sałata 2 liście, Masło ekstra (mleko) 1 łyżeczka płaska E: 218.4 kcal, B: 13.26 g, T: 5.71 g, W: 31.14 g	Ogórek świeży 40g mleko uht 3,5% ze słomką 200g E: 5.6 kcal, B: 0.28 g, T: 0.04 g, W: 1.16 g	Marchew 40g mleko uht 3,5% ze słomką 200g E: 13.2 kcal, B: 0.4 g, T: 0.08 g, W: 3.48 g	Marchew 40g mleko uht 3,5% ze słomką 200g E: 13.2 kcal, B: 0.4 g, T: 0.08 g, W: 3.48 g	Kanapka z masłem, sałatą, pomidorem i szynką 120g Składniki: Chleb żytni razowy (gluten) 2 kromki, Szynka z piersi kurczaka (gluten,mleko,soja,seler) 3 plastry, Sałata 2 liście, Masło ekstra (mleko) 1 łyżeczka płaska E: 218.4 kcal, B: 13.26 g, T: 5.71 g, W: 31.14 g
Suma	E: 2000.25 kcal B: 86.55 g, T: 70.49 g, W: 273.94 g,	E: 1787.2 kcal B: 100.81 g, T: 56.43 g, W: 238.21 g,	E: 2078.12 kcal B: 102.1 g, T: 75.5 g, W: 266.71 g,	E: 2084.41 kcal B: 109.71 g, T: 85.04 g, W: 236.45 g,	E: 1943.3 kcal B: 87.26 g, T: 59.31 g, W: 285.06 g,	E: 1983.46 kcal B: 90.17 g, T: 67.57 g, W: 271.31 g,	E: 1993.99 kcal B: 116.29 g, T: 66.25 g, W: 254.17 g,

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

	środa 2026-07-22	czwartek 2026-07-23	piątek 2026-07-24
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Płatki owsiane (gluten)</u> Paprykarz "Szczeciński" 50g (<u>gluten</u>, <u>ryby</u>, <u>soja</u>, <u>gorczyca</u>) serek śmietankowy 50g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży 80g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 772.1 kcal, B: 26.2 g, T: 34.74 g, W: 94.5 g	Zupa mleczna z razowym makaronem 250g Składniki: <u>Mleko bez laktozy 2% (mleko)</u>, Makaron pełnoziarnisty Szynka wieprzowa 50g president twaróg delikatny 50g Salata 10g Ogórek świeży 50g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Płatki owsiane (gluten)</u> E: 952.5 kcal, B: 45.79 g, T: 27.97 g, W: 136.04 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Płatki owsiane (gluten)</u> Pieczeń żuławska 50g (<u>gluten</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u>, <u>seler</u>) serek łaciaty puszysty 150g 50g (<u>mleko</u>) Pomidor 80g <u>Masło</u> ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 765.6 kcal, B: 28.56 g, T: 33.77 g, W: 92.81 g
II śniadanie	Gruszka 180g Słonecznik 20g E: 219.8 kcal, B: 5.96 g, T: 9.1 g, W: 30.84 g	Jabłko 120g Słonecznik 20g E: 175.4 kcal, B: 5.36 g, T: 9.22 g, W: 19.44 g	Gruszka 180g Słonecznik 20g E: 219.8 kcal, B: 5.96 g, T: 9.1 g, W: 30.84 g

	środa 2026-07-22	czwartek 2026-07-23	piątek 2026-07-24
Obiad	Zupa pieczarkowa (żywienie zbiorowe) 339g Składniki: Kości, <u>Włoszczyzna (seler)</u>, Ziemniaki, Pieczarki, Cebula, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie Klops w sosie pomidorowym 150g Składniki: Szynka wieprzowa, Woda, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Koncentrat pomid. 30%, <u>Bułka tarta (gluten)</u>, Cebula, Czosnek, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u>, Majeranek, Papryka, Pieprz, Sól Ryż brązowy 100g Ogórek kiszony 100g Woda z sokiem 250g Składniki: Woda, syrop do wody E: 581.78 kcal, B: 34.52 g, T: 8.16 g, W: 99.74 g	Zupa grysikowa z kaszą jaglaną 224g Składniki: Ziemniaki, Kości, Marchew, Kasza jaglana, <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Pietruszka, Por, Pietruszka, Pieprz, Sól Dorsz, filety pieczone 120g (<u>ryby</u>) Ziemniaki 200g Surówka wielowarzynna 100g Składniki: Kapusta biała, Ogórek świeży, Cebula, Marchew, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól Woda z sokiem 250g Składniki: Woda, syrop do wody E: 489.75 kcal, B: 38.14 g, T: 4.79 g, W: 78.51 g	Zupa kalafiorowa 350g Składniki: Kości, Ziemniaki, Kalafior, Marchew, Pietruszka, <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Por, Pietruszka, Pieprz, Sól, vegeta natur 150g Woda z sokiem 250g Składniki: Woda, syrop do wody Karkówka w sosie (żywienie zbiorowe) 181g Składniki: Karkówka wieprzowa, Woda, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u>, Cebula, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Pieprz, Sól Kasza gryczana 100g Surówka z selera (żywienie zbiorowe) 100g Składniki: <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Jabłko, Sól E: 836.85 kcal, B: 48.95 g, T: 27.89 g, W: 104.87 g
kolacja	Polędwica z indyka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Serek Almette <u>śmietankowy</u> 50g (<u>mleko</u>) Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 436.9 kcal, B: 16.29 g, T: 23.91 g, W: 42.68 g	Szynka z udźca kurczaka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Pasta twarogowa 60g Składniki: <u>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (mleko)</u>, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Szczypiorek Rzodkiewka 30g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 391.8 kcal, B: 23.71 g, T: 14.85 g, W: 44.78 g	Szynka z udźca kurczaka 50g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) serek kanapkowy 50g Ogórek świeży 80g Masło ekstra 10g (<u>mleko</u>) Chleb <u>żytni</u> razowy 80g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g E: 410.1 kcal, B: 17.7 g, T: 19.34 g, W: 44.75 g
posiłek nocny	Marchew 40g mleko uht 3,5% ze słomką 200g E: 13.2 kcal, B: 0.4 g, T: 0.08 g, W: 3.48 g	Papryka czerwona 40g mleko uht 3,5% ze słomką 200g E: 12.8 kcal, B: 0.52 g, T: 0.2 g, W: 2.64 g	Kanapka z masłem, sałatą, pomidorem i szynką 120g Składniki: <u>Chleb żytni razowy (gluten)</u> 2 kromki, <u>Szynka z piersi kurczaka (gluten, mleko, soja, seler)</u> 3 plastry, Sałata 2 liście, <u>Masło ekstra (mleko)</u> 1 łyżeczka płaska E: 218.4 kcal, B: 13.26 g, T: 5.71 g, W: 31.14 g

	środa 2026-07-22	czwartek 2026-07-23	piątek 2026-07-24
Suma	E: 2023.78 kcal B: 83.37 g, T: 75.99 g, W: 271.24 g,	E: 2022.25 kcal B: 113.52 g, T: 57.03 g, W: 281.41 g,	E: 2450.75 kcal B: 114.43 g, T: 95.81 g, W: 304.41 g,

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