

	niedziela 2026-07-05	poniedziałek 2026-07-06	wtorek 2026-07-07	środa 2026-07-08	czwartek 2026-07-09	piątek 2026-07-10	sobota 2026-07-11
Śniadanie	Zupa mleczna z razowym makaronem 250g Składniki: <u>Mleko bez laktozy 2% (mleko)</u> , Makaron pełnoziarnisty Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g <u>Ser twarogowy (twaróg)</u> półtłusty 50g (mleko) <u>Masło</u> ekstra 10g (mleko) Pomidor 80g Chleb <u>pszenny</u> 80g (gluten) Herbata czarna 250g E: 719.9 kcal, B: 30.8 g, T: 17.12 g, W: 113.91 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 Salata 15g <u>Masło</u> ekstra 10g (mleko) Herbata czarna 250g Chleb <u>pszenny</u> 80g (gluten) E: 758.6 kcal, B: 30.13 g, T: 31 g, W: 92.8 g	Zupa mleczna z razowym makaronem 250g Składniki: <u>Mleko bez laktozy 2% (mleko)</u> , Makaron pełnoziarnisty Szynka z udźca kurczaka 50g (gluten, soja, mleko, seler) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 80g <u>Masło</u> ekstra 10g (mleko) Herbata czarna 250g Chleb <u>pszenny</u> 80g (gluten) E: 674.15 kcal, B: 29.98 g, T: 17.37 g, W: 102.61 g	Polędwica z piersi kurczaka 50g (gluten, soja, mleko, seler) serek śmietankowy 50g (mleko) Salata 15g <u>Masło</u> ekstra 10g (mleko) Herbata czarna 250g Chleb <u>pszenny</u> 80g (gluten) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Płatki owsiane (gluten)</u> E: 744.1 kcal, B: 33.18 g, T: 29.1 g, W: 90.8 g	Szynka z udźca kurczaka 50g (gluten, soja, mleko, seler) prezydent twaróg delikatny 50g Pomidor 80g <u>Masło</u> ekstra 10g (mleko) Herbata czarna 250g Chleb <u>pszenny</u> 80g (gluten) Zupa mleczna z razowym makaronem 250g Składniki: <u>Mleko bez laktozy 2% (mleko)</u> , Makaron pełnoziarnisty E: 693.4 kcal, B: 34.3 g, T: 20.82 g, W: 95.11 g	Pieczeń żuławska 50g (gluten, soja, mleko, seler) <u>Jaja</u> kurze całe 50g (jaja) <u>Masło</u> ekstra 10g (mleko) Herbata czarna 250g Salata 15g Chleb <u>pszenny</u> 80g (gluten) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Płatki owsiane (gluten)</u> E: 722.6 kcal, B: 33.48 g, T: 26.75 g, W: 90.3 g	Polędwica z piersi kurczaka 50g (gluten, soja, mleko, seler) prezydent twaróg delikatny 50g <u>Masło</u> ekstra 10g (mleko) Herbata czarna 250g Pomidor 80g Chleb <u>pszenny</u> 80g (gluten) Zupa mleczna z razowym makaronem 250g Składniki: <u>Mleko bez laktozy 2% (mleko)</u> , Makaron pełnoziarnisty E: 680.9 kcal, B: 35.9 g, T: 18.77 g, W: 95.11 g
II śniadanie	Gruszka 180g E: 104.4 kcal, B: 1.08 g, T: 0.36 g, W: 25.92 g	Jabłko 160g Słonecznik 20g E: 195.4 kcal, B: 5.52 g, T: 9.38 g, W: 24.28 g	Gruszka 180g <u>Orzechy laskowe</u> 20g (orzechy) E: 237.6 kcal, B: 3.96 g, T: 12.96 g, W: 28.9 g	Słonecznik 20g Gruszka 180g E: 219.8 kcal, B: 5.96 g, T: 9.1 g, W: 30.84 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 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
Obiad	Zupa jarzynowa 350g Składniki: Ziemniaki, Kalafior, Kości, Marchew, Fasolka szparagowa słoik, Por, Pietruszka, Groszek zielony, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Pietruszka, Pieprz biały, Sól Risotto 300g Składniki: Ryż biały, Pierś z kurczaka, Cukinia, Papryka czerwona, Cebula, Kukurydza, Marchew, Pietruszka, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Papryka, Pieprz, Przyprawa do kurczaka, Sól Woda 250g E: 404.62 kcal, B: 30.04 g, T: 2.74 g, W: 70.7 g	Zupa koperkowa (żywienie zbiorowe) 351g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Ziemniaki, <u>Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</u> , Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie Spaghetti bolońskie 300g Składniki: <u>Makaron spaghetti (gluten,jaja)</u> , Szynka wieprzowa, Woda, Marchew, Pomidory z puszek, Pietruszka, Koncentrat pomid. 30%, Ziola prowansalskie, Pieprz, Przyprawa do mięsa mielonego, Sól Woda 250g E: 597.25 kcal, B: 34.56 g, T: 8.29 g, W: 103.19 g	Zupa grysikowa z kaszą jaglaną 351g Składniki: Ziemniaki, Kości, Marchew, Kasza jagłana, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Pietruszka, Por, Pietruszka, Pieprz, Sól Pałki pieczone 240g Składniki: Udko kurczaka, Olej rzepakowy, Papryka, Pieprz, Sól Ziemniaki 200g Gotowana marchew 100g Składniki: Marchew, <u>Masło ekstra (mleko)</u> , Sól E: 920.86 kcal, B: 51.83 g, T: 37.03 g, W: 102.17 g	Zupa z fasolki szparagowej 345g Składniki: Kości, Ziemniaki, Fasolka szparagowa słoik, Marchew, Pietruszka, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Por, Pieprz, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie Kaszotto warzywne z kaszą jaglaną 300g Składniki: Kasza jagłana, Woda, Cukinia, <u>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (mleko)</u> , Pomidory z puszek, Marchew, Olej rzepakowy, Pietruszka, Majeranek, Papryka, Pieprz biały, Sól Woda 250g E: 703.89 kcal, B: 23.29 g, T: 17.38 g, W: 119.12 g	Zupa pomidorowa z ryżem (żywienie zbiorowe) 350g Składniki: Kości, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Ryż biały, <u>Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</u> , Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie Dorsz , filety pieczone 120g (ryby) Ziemniaki 200g Gotowana fasolka szparagowa 100g Składniki: Fasolka szparagowa słoik, <u>Masło ekstra (mleko)</u> , Sól Woda 250g E: 392.34 kcal, B: 36.7 g, T: 4.89 g, W: 52.76 g	Zupa koperkowa (żywienie zbiorowe) 338g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Ziemniaki, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie Woda 250g Makaron z twarogiem i jabłkami prażonymi 300g Składniki: Makaron <u>pszenny</u> , Świderki, <u>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (mleko)</u> , Jabłka prażone, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Cukier, Cynamon E: 792.56 kcal, B: 33.86 g, T: 6.81 g, W: 155.87 g	Zupa grysikowa z kaszą jaglaną 351g Składniki: Ziemniaki, Kości, Marchew, Kasza jagłana, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Pietruszka, Por, Pietruszka, Pieprz, Sól Pulpet w sosie warzywnym 149g Składniki: Szynka wieprzowa, Cukinia, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , Marchew, Olej rzepakowy, <u>Bulka tarta (gluten)</u> , Pieprz, Sól Ziemniaki 200g Woda 250g E: 609.73 kcal, B: 33.61 g, T: 11.88 g, W: 97.49 g

	niedziela 2026-07-05	poniedziałek 2026-07-06	wtorek 2026-07-07	środa 2026-07-08	czwartek 2026-07-09	piątek 2026-07-10	sobota 2026-07-11
kolacja	Polędwica z indyka 50g (gluten, soja, mleko, seler) Serek Almette śmietankowy 50g (mleko) Masło ekstra 10g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna 250g Salata 15g E: 464.1 kcal, B: 18.58 g, T: 23.7 g, W: 45.6 g	Szynka z udźca kurczaka 50g (gluten, soja, mleko, seler) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 50g (mleko) Pomidor 80g Masło ekstra 10g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna 250g E: 420.9 kcal, B: 25.79 g, T: 14.53 g, W: 48.64 g	Polędwica z indyka 50g (gluten, soja, mleko, seler) Twarożek wiejski, 2% tłuszczu 50g (mleko) Salata 15g Masło ekstra 10g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna 250g E: 376.6 kcal, B: 20.46 g, T: 12.84 g, W: 46.38 g	Szynka z udźca kurczaka 50g (gluten, soja, mleko, seler) Serek Almette śmietankowy 50g (mleko) Masło ekstra 10g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna 250g Pomidor 80g E: 482.9 kcal, B: 19.79 g, T: 24.18 g, W: 48.39 g	Polędwica z indyka 50g (gluten, soja, mleko, seler) Pasta twarogowa 60g Składniki: Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (mleko), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Szczypiorek Masło ekstra 10g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna 250g Salata 15g E: 407.6 kcal, B: 25 g, T: 14.23 g, W: 46.43 g	Szynka z udźca kurczaka 50g (gluten, soja, mleko, seler) serek kanapkowy 50g Masło ekstra 10g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna 250g Pomidor 80g E: 438.9 kcal, B: 19.94 g, T: 19.18 g, W: 48.19 g	Polędwica z indyka 50g (gluten, soja, mleko, seler) president twaróg delikatny 50g Salata 15g Masło ekstra 10g (mleko) Herbata czarna 250g Chleb pszenny 80g (gluten) E: 393.6 kcal, B: 19.63 g, T: 15.2 g, W: 45.95 g
posilek nocny	Jabłko 160g Mleko UHT, 3,2% tłuszczu 200g (mleko) E: 202 kcal, B: 7.24 g, T: 7.04 g, W: 28.96 g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (mleko) Papryka czerwona 40g E: 102.8 kcal, B: 6.97 g, T: 3.2 g, W: 11.94 g	Kanapka z masłem, sałatą i szynką 60g Składniki: Chleb pszenny (gluten), Szynka z piersi kurczaka (gluten,mleko,soja,seler) 1 plaster, Salata 1 liść, Masło ekstra (mleko) 1 łyżeczka płaska E: 142.9 kcal, B: 6.27 g, T: 4.81 g, W: 19.23 g	Jabłko 160g Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (mleko) E: 170 kcal, B: 7.09 g, T: 3.64 g, W: 28.66 g	Papryka czerwona 40g Mleko UHT, 3,2% tłuszczu 200g (mleko) E: 134.8 kcal, B: 7.12 g, T: 6.6 g, W: 12.24 g	Kanapka z masłem, sałatą i szynką 60g Składniki: Chleb pszenny (gluten), Szynka z piersi kurczaka (gluten,mleko,soja,seler) 1 plaster, Salata 1 liść, Masło ekstra (mleko) 1 łyżeczka płaska E: 142.9 kcal, B: 6.27 g, T: 4.81 g, W: 19.23 g	Jabłko 160g Mleko UHT, 3,2% tłuszczu 200g (mleko) E: 202 kcal, B: 7.24 g, T: 7.04 g, W: 28.96 g
Suma	E: 1895.02 kcal B: 87.74 g, T: 50.96 g, W: 285.09 g,	E: 2074.95 kcal B: 102.97 g, T: 66.4 g, W: 280.85 g,	E: 2352.11 kcal B: 112.5 g, T: 85.01 g, W: 299.29 g,	E: 2320.69 kcal B: 89.31 g, T: 83.4 g, W: 317.81 g,	E: 1847.94 kcal B: 109.08 g, T: 55.64 g, W: 237.38 g,	E: 2292.36 kcal B: 99.07 g, T: 66.93 g, W: 337.87 g,	E: 2106.03 kcal B: 102.34 g, T: 61.99 g, W: 298.35 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), 08-Orzechy, 09-Seler i produkty pochodne

	niedziela 2026-07-12	poniedziałek 2026-07-13	wtorek 2026-07-14
Śniadanie	Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 50g (mleko) Masło ekstra 10g (mleko) Herbata czarna 250g Salata 15g Chleb pszenny 80g (gluten) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Płatki owsiane (gluten) E: 716.1 kcal, B: 29.58 g, T: 19.45 g, W: 109.15 g	Paszтет drobiowy 50g serek kanapkowy 50g Masło ekstra 10g (mleko) Herbata czarna 250g Pomidor 80g Chleb pszenny 80g (gluten) Zupa mleczna z razowym makaronem 250g Składniki: Mleko bez laktozy 2% (mleko), Makaron pełnoziarnisty E: 762.4 kcal, B: 31.35 g, T: 28.67 g, W: 97.56 g	Polędwica z piersi kurczaka 50g (gluten, soja, mleko, seler) Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Masło ekstra 10g (mleko) Herbata czarna 250g Salata 15g Chleb pszenny 80g (gluten) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Płatki owsiane (gluten) E: 657.85 kcal, B: 30.36 g, T: 17.65 g, W: 97.85 g
II śniadanie	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 E: 195.4 kcal, B: 5.52 g, T: 9.38 g, W: 24.28 g
Obiad	Zupa z fasolki szparagowej 345g Składniki: Kości, Ziemniaki, Fasolka szparagowa słoik, Marchew, Pietruszka, Seler korzeniowy (seler), Por, Pieprz, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie Strogonow drobiowy z ryżem 299g Składniki: Pierś z kurczaka, Ryż biały, Woda, Cukinia, Marchew, Mąka pszenna, typ 500 (gluten), Koncentrat pomid. 30%, Olej rzepakowy, Papryka, Przyprawa do kurczaka, Sól, Pieprz Woda 250g E: 547.83 kcal, B: 31.22 g, T: 5.44 g, W: 97.13 g	Zupa jarzynowa 350g Składniki: Ziemniaki, Kalafior, Kości, Marchew, Fasolka szparagowa słoik, Por, Pietruszka, Groszek zielony, Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, Pieprz biały, Sól Gulasz wieprzowy (żywienie zbiorowe) 200g Składniki: Łopatka wieprzowa, Włoszczyzna (seler), Cebula, Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu (mleko), Olej rzepakowy, Papryka, Sól Kasza jaglana 200g Woda 250g E: 1154.28 kcal, B: 50.11 g, T: 28.91 g, W: 181.66 g	zupa brokułowa 351g Składniki: Kości, Ziemniaki, Włoszczyzna (seler), Brokuły, Śmietana, 12% tłuszczu (mleko), Pieprz, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie Bitki w sosie (żywienie zbiorowe) 150g Składniki: Schab wieprzowy, Cebula, Mąka pszenna, typ 500 (gluten), Pieprz, Sól Ziemniaki 200g Woda 250g E: 440.4 kcal, B: 36.76 g, T: 6.41 g, W: 64.36 g

	niedziela 2026-07-12	poniedziałek 2026-07-13	wtorek 2026-07-14
kolacja	Szynka z udźca kurczaka 50g (gluten, soja, mleko, seler) Jaja kurze całe, gotowane 50g (jaja) Masło ekstra 10g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna 250g Pomidor 80g E: 424.9 kcal, B: 22.69 g, T: 17.03 g, W: 47.09 g	Polędwica z indyka 50g (gluten, soja, mleko, seler) Serek wiejski naturalny 50g (mleko) Salata 15g Masło ekstra 10g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna 250g E: 384.6 kcal, B: 20.73 g, T: 14.2 g, W: 45 g	Szynka z udźca kurczaka 50g (gluten, soja, mleko, seler) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 50g (mleko) Pomidor 80g Masło ekstra 10g (mleko) Chleb pszenny 80g (gluten) Herbata czarna 250g E: 420.9 kcal, B: 25.79 g, T: 14.53 g, W: 48.64 g
posilek nocny	Marchew 40g Mleko UHT, 3,2% tłuszczu 200g (mleko) E: 135.2 kcal, B: 7 g, T: 6.48 g, W: 13.08 g	Gruszka 1 sztuka 135g Mleko UHT, 3,2% tłuszczu 200g (mleko) E: 200.3 kcal, B: 7.41 g, T: 6.67 g, W: 29.04 g	Kanapka z masłem, sałatą i szynką 60g Składniki: Chleb pszenny (gluten), Szynka z piersi kurczaka (gluten,mleko,soja,seler) 1 plaster, Sałata 1 liść, Masło ekstra (mleko) 1 łyżeczka płaska E: 142.9 kcal, B: 6.27 g, T: 4.81 g, W: 19.23 g
Suma	E: 1999.43 kcal B: 95.85 g, T: 57.62 g, W: 285.89 g,	E: 2721.38 kcal B: 115.56 g, T: 87.55 g, W: 384.1 g,	E: 1857.45 kcal B: 104.7 g, T: 52.78 g, W: 254.36 g,

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