

	wtorek 2026-08-25	środa 2026-08-26	czwartek 2026-08-27	piątek 2026-08-28	sobota 2026-08-29	niedziela 2026-08-30	poniedziałek 2026-08-31
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250g Składniki: <u>Kawa zbożowa, napar (gluten)</u> , <u>Mleko 2% (mleko)</u> Chleb pszenno-żytni 120g (<u>gluten</u>) Margaryna roślinna 15g (<u>mleko</u>) Twaróg półtłusty 80g (<u>mleko</u>) Rzodkiewka 70g Szcypiorek 5g	Kawa zbożowa z mlekiem 250g Składniki: <u>Kawa zbożowa, napar (gluten)</u> , <u>Mleko 2% (mleko)</u> Chleb pszenno-żytni 120g (<u>gluten</u>) Margaryna roślinna 15g (<u>mleko</u>) Pasztet z mięsa mieszanego 60g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Pomidor 100g	Kawa zbożowa z mlekiem 250g Składniki: <u>Kawa zbożowa, napar (gluten)</u> , <u>Mleko 2% (mleko)</u> Chleb pszenno-żytni 120g (<u>gluten</u>) Margaryna roślinna 15g (<u>mleko</u>) Szynka konserwowa plastry 40g Pomidor 80g Sałata 20g	Kawa zbożowa z mlekiem 250g Składniki: <u>Kawa zbożowa, napar (gluten)</u> , <u>Mleko 2% (mleko)</u> Chleb pszenno-żytni 120g (<u>gluten</u>) Margaryna roślinna 15g (<u>mleko</u>) Jajka 65g (<u>jaja</u>) Rzodkiewka 100g	Kawa zbożowa z mlekiem 250g Składniki: <u>Kawa zbożowa, napar (gluten)</u> , <u>Mleko 2% (mleko)</u> Chleb pszenno-żytni 120g (<u>gluten</u>) Margaryna roślinna 15g (<u>mleko</u>) Twaróg półtłusty 80g (<u>mleko</u>) Rzodkiewka 100g	Kawa zbożowa z mlekiem 250g Składniki: <u>Kawa zbożowa, napar (gluten)</u> , <u>Mleko 2% (mleko)</u> Chleb pszenno-żytni 120g (<u>gluten</u>) Margaryna roślinna 15g (<u>mleko</u>) Połędwica z indyka 40g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Pomidor 80g Sałata 20g	Kawa zbożowa z mlekiem 250g Składniki: <u>Kawa zbożowa, napar (gluten)</u> , <u>Mleko 2% (mleko)</u> Chleb pszenno-żytni 120g (<u>gluten</u>) Margaryna roślinna 15g (<u>mleko</u>) Kiełbasa parówkowa 100g Pomidor 100g
Obiad	Herbata czarna 200g Zupa ogórkowa z ryżem 431g Składniki: Kości, Ogórek kiszony, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Ryż biały długoziarnisty, Sól Klops wieprzowyduszony z gotowanymi ziemniakami puree 470g Składniki: Ziemniaki, Wieprzowina, <u>Jajka (jaja)</u> , <u>Bułka pszenna (gluten)</u> , <u>Bułka tarta (gluten)</u> , Olej rzepakowy, <u>Margaryna 60% (mleko)</u> , Sól Kapusta czerwona gotowana 222g Składniki: Kapusta czerwona, Olej rzepakowy, <u>Maka pszenna (gluten)</u> , Cukier, Kwasek cytrynowy, Sól	Herbata czarna 200g Barszcz czerwony z makaronem 556g Składniki: Kości, Buraki, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , <u>Makaron pszenny jasny świderki (gluten,jaja)</u> , <u>Śmietana 12% (mleko)</u> , <u>Maka pszenna (gluten)</u> , Cukier, Sól Jajko gotowane w sosie koperkowym z ziemniakami 533g Składniki: Ziemniaki, Kości, <u>Jajka (jaja)</u> , <u>Maka pszenna (gluten)</u> , <u>Margaryna 60% (mleko)</u> , Koper, Sól Surówka z marchewki i jabłka 182g Składniki: Marchew, Jabłko, Cukier, Kwasek cytrynowy	Herbata czarna 200g Zupa jarzynowa 561g Składniki: Kości, Ziemniaki, Kalafior, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Fasola szparagowa, Fasolka szparagowa, Groszek zielony, Sól Gulasz wieprzowy gotowany z kaszą jęczmienną 331g Składniki: Łopatka wieprzowa, Kości, <u>Kasza jęczmienna wiejska, gruba (gluten)</u> , Marchew, <u>Maka pszenna (gluten)</u> , <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Pietruszka, Sól Buraczki na zimno 156g Składniki: Buraki, Cukier, Kwasek cytrynowy	Herbata czarna 200g Krupnik z płatków owsianych 402g Składniki: Kości, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Ryż biały długoziarnisty, <u>Kostka rosółowa warzywna (seler)</u> , Sól Ryba gotowana z ziemniakami puree 641g Składniki: Ziemniaki, <u>Morszczuk (ryby)</u> , Kości, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , <u>Margaryna roślinna (mleko)</u> , Sól Surówka z kapusty pekińskiej 182g Składniki: Kapusta pekińska, Marchew, <u>Majonez (jaja,gorczyca)</u> , Cukier, Kwasek cytrynowy, Sól	Herbata czarna 200g Kartoflanka z jajkiem 618g Składniki: Kości, Ziemniaki, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , <u>Śmietana 12% (mleko)</u> , <u>Jajka (jaja)</u> , Sól Spaghetti duszone 181g Składniki: <u>Makaron pszenny świderki (gluten)</u> , Wieprzowina, <u>Maka pszenna (gluten)</u> , Koncentrat pomid. 30%, Olej rzepakowy, Sól Brokuły 200g	Herbata czarna 200g Krupnik z kaszy jęczmiennej 402g Składniki: Kości, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , <u>Kasza jęczmienna wiejska, gruba (gluten)</u> , <u>Kostka rosółowa warzywna (seler)</u> , Sól Szynka gotowana z sosem potrawkowym z ziemniakami 586g Składniki: Ziemniaki, Szynka wieprzowa, Kości, <u>Maka pszenna (gluten)</u> , <u>Margaryna roślinna (mleko)</u> , Sól Buraczki na zimno 156g Składniki: Buraki, Cukier, Kwasek cytrynowy	Herbata czarna 200g Zupa kalafiorowa 601g Składniki: Kości, Ziemniaki, Kalafior, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Sól Pierogi leniwe z sosem truskawkowym 485g Składniki: Twaróg półtłusty (<u>mleko</u>), Truskawki, <u>Maka pszenna (gluten)</u> , <u>Jajka (jaja)</u> , <u>Margaryna 60% (mleko)</u> , Cukier, Sól
Kolacja	Herbata czarna 200g Chleb pszenno-żytni 120g (<u>gluten</u>) Margaryna roślinna 15g (<u>mleko</u>) Połędwica z piersi kurczaka 40g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Pomidor 80g Sałata 20g	Herbata czarna 200g Chleb pszenno-żytni 120g (<u>gluten</u>) Margaryna roślinna 15g (<u>mleko</u>) Ryba po grecku 100g Ogórek kiszony 100g	Herbata czarna 200g Chleb pszenno-żytni 120g (<u>gluten</u>) Margaryna roślinna 15g (<u>mleko</u>) Ser topiony Edamski 50g (<u>mleko</u>) Rzodkiewka 100g	Herbata czarna 200g Chleb pszenno-żytni 120g (<u>gluten</u>) Margaryna roślinna 15g (<u>mleko</u>) Ser Gouda 40g (<u>mleko</u>) Pomidor 100g	Herbata czarna 200g Chleb pszenno-żytni 120g (<u>gluten</u>) Margaryna roślinna 15g (<u>mleko</u>) Mortadela wieprzowo - wołowa 40g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Pomidor 100g	Herbata czarna 200g Chleb pszenno-żytni 120g (<u>gluten</u>) Margaryna roślinna 15g (<u>mleko</u>) Pasztet z mięsa mieszanego 60g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Rzodkiewka 100g	Herbata czarna 200g Chleb pszenno-żytni 120g (<u>gluten</u>) Margaryna roślinna 15g (<u>mleko</u>) Salceson włoski 40g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Ogórek kiszony 100g
II kolacja	Jogurt smakowy truskawka/brzoskwinia-marakuja 100g (<u>mleko</u>)	Serek wiejski lekki 200g (<u>mleko</u>)	Jogurt natur. 2% 100g (<u>mleko</u>)	Serek homogenizowany waniliowy 100g (<u>mleko</u>)	Jogurt smakowy truskawka/brzoskwinia-marakuja 100g (<u>mleko</u>)	Serek wiejski lekki 150g (<u>mleko</u>)	Jogurt natur. 2% 100g (<u>mleko</u>)
Suma	E [kcal]: 1911.35, B [g]: 84.2, T [g]: 62.68, W [g]: 268.51, Błonnik [g]: 29.49, Cukier [g]: 44.2, Sód [mg]: 3357, Kwasy tł. nas. [g]: 19.84	E [kcal]: 2084.76, B [g]: 92.02, T [g]: 66.92, W [g]: 296.18, Błonnik [g]: 33.31, Cukier [g]: 58.41, Sód [mg]: 4504.08, Kwasy tł. nas. [g]: 25.01	E [kcal]: 1780.95, B [g]: 85.66, T [g]: 51.51, W [g]: 255.76, Błonnik [g]: 35.26, Cukier [g]: 38.42, Sód [mg]: 3112.67, Kwasy tł. nas. [g]: 24.39	E [kcal]: 1832.13, B [g]: 92.06, T [g]: 59.99, W [g]: 247.22, Błonnik [g]: 29.18, Cukier [g]: 39.15, Sód [mg]: 3197.63, Kwasy tł. nas. [g]: 26.77	E [kcal]: 1971.2, B [g]: 87.67, T [g]: 61.37, W [g]: 282.57, Błonnik [g]: 28.17, Cukier [g]: 34.9, Sód [mg]: 2431.13, Kwasy tł. nas. [g]: 23.21	E [kcal]: 1832.78, B [g]: 99.39, T [g]: 54.84, W [g]: 249.86, Błonnik [g]: 29.65, Cukier [g]: 34.64, Sód [mg]: 3217.25, Kwasy tł. nas. [g]: 22.01	E [kcal]: 2161.8, B [g]: 99.49, T [g]: 85.9, W [g]: 262.07, Błonnik [g]: 25.87, Cukier [g]: 46.8, Sód [mg]: 4054.16, Kwasy tł. nas. [g]: 34.08

Warzywa wykorzystywane do sporządzania potraw są odpowiednio przygotowane w celu poprawy strawności - obierane ze skórki, rozdrabniane, a w razie potrzeby również poddawane obróbce termicznej.

	wtorek 2026-09-01	środa 2026-09-02	czwartek 2026-09-03
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem 250g Składniki: Kawa zbożowa, napar (gluten), Mleko 2% (mleko) Chleb pszenno-żytni 120g (gluten) Margaryna roślinna 15g (mleko) Ser żółty 40g (mleko) Pomidor 100g	Kawa zbożowa z mlekiem 250g Składniki: Kawa zbożowa, napar (gluten), Mleko 2% (mleko) Chleb pszenno-żytni 120g (gluten) Margaryna roślinna 15g (mleko) Szynka konserwowa plastry 40g Pomidor 80g Sałata 20g	Kawa zbożowa z mlekiem 250g Składniki: Kawa zbożowa, napar (gluten), Mleko 2% (mleko) Chleb razowy 60g (gluten) Chleb pszenno-żytni 60g (gluten) Margaryna roślinna 15g (mleko) Polędwica z indyka 40g (gluten, soja, mleko, seler) Rzodkiewka 100g
Obiad	Herbata czarna 200g Lane ciasto na rosole 463g Składniki: Kości, Mąka pszenna (gluten), Włoszczyzna (seler), Jajka (jaja) , Pieprz, Pietruszka, Sól Kurczak gotowany w sosie potrawkowym z ziemniakami 566g Składniki: Ziemniaki, Kurczak, Mąka pszenna (gluten), Margaryna roślinna (mleko) , Sól Salata zielona w oleju 128g Składniki: Sałata, Olej rzepakowy, Woda, Cukier, Kwasek cytrynowy, Sól, Ziola prowansalskie	Herbata czarna 200g Zupa pomidorowa z makaronem 421g Składniki: Kości, Włoszczyzna (seler), Makaron pszenny świderki (gluten) , Koncentrat pomid. 30%, Sól Jajka sadzone z ziemniakami 426g Składniki: Ziemniaki, Jajka (jaja) , Olej rzepakowy, Sól Fasola szparagowa 150g	Herbata czarna 200g Zupa burakowa z ziemniakami 667g Składniki: Kości, Ziemniaki, Buraki, Włoszczyzna (seler) , Cukier, Kwasek cytrynowy, Sól Pulpet wieprzowo-drobiowy gotowany w sosie potrawkowym z ryżem 275g Składniki: Kości, Ryż biały długoziarnisty, Wieprzowina, Mięso mielone z kurczaka, Jajka (jaja), Mąka pszenna (gluten), Margaryna 60% (mleko) , Koper, Sól Surówka z marchewki i jabłka 182g Składniki: Marchew, Jabłko, Cukier, Kwasek cytrynowy
Kolacja	Herbata czarna 200g Chleb pszenno-żytni 120g (gluten) Margaryna roślinna 15g (mleko) Mielonka 40g Rzodkiewka 100g	Herbata czarna 200g Chleb pszenno-żytni 120g (gluten) Margaryna roślinna 15g (mleko) Twaróg półtłusty 80g (mleko) Pomidor 100g	Herbata czarna 200g Chleb pszenno-żytni 120g (gluten) Margaryna roślinna 15g (mleko) Pasta rybno-jajeczna 137g Składniki: Jajka (jaja), Makreła wędzona (ryby), Majonez (jaja,gorczyca) Ogórek kiszony 100g
II kolacja	Jogurt smakowy truskawka/brzoskwinia-marakuja 100g (mleko)	Jogurt smakowy truskawka/brzoskwinia-marakuja 100g (mleko)	Jogurt natur. 2% 100g (mleko)
Suma	E [kcal]: 2127.7 , B [g]: 102.56 , T [g]: 76.65 , W [g]: 271.4 , Błonnik [g]: 27.41 , Cukier [g]: 36.44 , Sód [mg]: 3283.66 , Kwasy tł. nas. [g]: 28.72	E [kcal]: 1672.6 , B [g]: 74.47 , T [g]: 48.9 , W [g]: 248.94 , Błonnik [g]: 27.49 , Cukier [g]: 38.66 , Sód [mg]: 2575.67 , Kwasy tł. nas. [g]: 17.85	E [kcal]: 1994 , B [g]: 89.5 , T [g]: 59.56 , W [g]: 288.86 , Błonnik [g]: 31.64 , Cukier [g]: 44.09 , Sód [mg]: 3958.87 , Kwasy tł. nas. [g]: 20.79

Warzywa wykorzystywane do sporządzania potraw są odpowiednio przygotowane w celu poprawy strawności - obierane ze skórki, rozdrabniane, a w razie potrzeby również poddawane obróbce termicznej.