

Wtorek 2026-06-09

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
3.4.26 ostr PODSTAWOWA  Razem E: 2261.1 kcal   B 125.6 g   W 279.1 g   Cukry 59.7 g   T 93.1 g   NKT 21.1 g   Błonnik 27.7 g   Sód 999.0 mg	Pasta rybna (makrela) (W) 70.0g (4, 7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) ogórek 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Leniwe (G) 300.0g (1, 3, 7)  Sos jogurtowo- owocowy (b.cuk.) 80.0g (7)  Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g  zupa fasolowa z ziemniakami (G) 350.00g; (1) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; papryka czerwona świeża 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) ser twarogowy chudy 40.00g; (7) ser kanapkowy favita z szpinak i czosnek PLASTRY 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
3.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW  Razem E: 2429.7 kcal   B 142.9 g   W 298.6 g   Cukry 46.9 g   T 94.5 g   NKT 18.9 g   Błonnik 46.8 g   Sód 1194.3 mg	Pasta rybna (makrela) (W) 70.0g (4, 7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 100.00g; (7) ogórek 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) bułki grahamki 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	sok wielowarzywny 300.00g; (9)	Leniwe pełnoziarniste (G) (b.cukru) 300.0g (1, 3, 7)  Sos jogurtowo- owocowy (b.cuk.) 80.0g (7)  Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g  zupa fasolowa z ziemniakami (G) 350.00g; (1) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g;	Mus warzywno- owocowy 100.0g	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) papryka czerwona świeża 90.00g; ser kanapkowy favita z szpinak i czosnek PLASTRY 40.00g; (7) ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA  Razem E: 2195.2 kcal   B 116.4 g   W 295.6 g   Cukry 65.9 g   T 81.5 g   NKT 19.7 g   Błonnik 22.9 g   Sód 1506.2 mg	Pasta rybna (makrela) (W) 70.0g (4, 7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (G) 350.0g (1, 6, 9)  Leniwe (G) 300.0g (1, 3, 7)  Sos jogurtowo- owocowy (b.cuk.) 80.0g (7)  Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU  Razem E: 2195.2 kcal   B 116.4 g   W 295.6 g   Cukry 65.9 g   T 81.5 g   NKT 19.7 g   Błonnik 22.9 g   Sód 1506.2 mg	Pasta rybna (makrela) (W) 70.0g (4, 7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (G) 350.0g (1, 6, 9)  Leniwe (G) 300.0g (1, 3, 7)  Sos jogurtowo- owocowy (b.cuk.) 80.0g (7)  Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona  
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Środa 2026-06-10

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
3.4.26 ostr PODSTAWOWA  Razem E: 1715.8 kcal   B 75.8 g   W 261.6 g   Cukry 58.0 g   T 56.9 g   NKT 18.2 g   Błonnik 27.5 g   Sód 1495.2 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; pasztet drobiowy (P) 60.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa kapuśniak z ziemniakami (G) 350.2g (9)  Pieczeń rzymska (P) 100.0g (1, 3) Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Mizeria z jogurtem 150.0g (7)  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Rzodkiewka 90.0g  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb razowy 50.00g; (1) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	
3.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW  Razem E: 1889.6 kcal   B 90.6 g   W 289.6 g   Cukry 38.3 g   T 59.3 g   NKT 16.3 g   Błonnik 38.0 g   Sód 1410.7 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; pasztet drobiowy (P) 60.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Mus warzywno- owocowy W 99.9g	Zupa kapuśniak z ziemniakami (G) 350.2g (9)  Pieczeń rzymska (P) 100.0g (1, 3) Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Mizeria z jogurtem 150.0g (7)  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	wafle ryżowe wielozłazniste (3szt/porc.) 30.00g; (11)	Rzodkiewka 90.0g  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA  Razem E: 1806.8 kcal   B 75.4 g   W 284.7 g   Cukry 62.0 g   T 56.7 g   NKT 18.8 g   Błonnik 27.4 g   Sód 1800.6 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; pasztet drobiowy (P) 60.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa NT pietruszkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7)  Pieczeń rzymska (P) 100.0g (1, 3) Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU  Razem E: 1806.8 kcal   B 75.4 g   W 284.7 g   Cukry 62.0 g   T 56.7 g   NKT 18.8 g   Błonnik 27.4 g   Sód 1800.6 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; pasztet drobiowy (P) 60.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa NT pietruszkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7)  Pieczeń rzymska (P) 100.0g (1, 3) Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona  
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Czwartek 2026-06-11	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
3.4.26 ostr PODSTAWOWA  Razem E: 2147.5 kcal   B 106.8 g   W 287.8 g   Cukry 50.1 g   T 82.6 g   NKT 22.3 g   Błonnik 34.4 g   Sód 2043.0 mg	Jaja gotowane (2szt.por.) (G) 100.0g (3) Majonez 10.0g (3, 10)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa ogórkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Schab duszony (D) 100.3g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż brązowy gotowany (G) 200.00g;		Fasolka po bretońsku (D) 149.9g (10)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
3.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW  Razem E: 2266.2 kcal   B 122.5 g   W 302.3 g   Cukry 26.8 g   T 84.4 g   NKT 21.6 g   Błonnik 38.3 g   Sód 2156.0 mg	Jaja gotowane (2szt.por.) (G) 100.0g (3) Majonez 10.0g (3, 10)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Pieczywo chrupkie wieloziarniste WASA (3szt.) 21.00g; (1)	Zupa ogórkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Schab duszony (D) 100.3g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż brązowy gotowany (G) 200.00g;	Budyń śmietankowy bez cukru (G) 148.6g (7)	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA  Razem E: 1986.6 kcal   B 97.8 g   W 287.5 g   Cukry 48.2 g   T 67.9 g   NKT 19.1 g   Błonnik 21.7 g   Sód 2048.0 mg	Jaja gotowane (2szt.por.) (G) 100.0g (3)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa NT ziemniaczana (G) 350.0g (7, 9) Schab duszony (D) 100.3g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż biały, gotowany (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU  Razem E: 1959.7 kcal   B 92.6 g   W 287.7 g   Cukry 48.2 g   T 67.2 g   NKT 16.7 g   Błonnik 21.8 g   Sód 2384.6 mg	Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 80.0g (3)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa NT ziemniaczana (G) 350.0g (7, 9) Schab duszony (D) 100.3g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż biały, gotowany (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona  
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Piątek 2026-06-12

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
3.4.26 ostr PODSTAWOWA  Razem E: 2134.9 kcal   B 100.7 g   W 287.6 g   Cukry 66.9 g   T 81.2 g   NKT 17.1 g   Błonnik 28.2 g   Sód 1540.5 mg	kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) jogurt naturalny, 100.00g; (7) ogórek 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) dżem owocowy 40.00g; ser, gouda tłusty 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7) Zupa jarzynowa (G) 349.9g (7, 9) Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki, pora, cebuli z olejem 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; miruna pieczona (P) 100.00g; (4)		Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3) Wędlina drobiowa (PARZ.) 50.0g  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; rzodkiewka 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
3.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW  Razem E: 2441.7 kcal   B 139.3 g   W 295.4 g   Cukry 37.5 g   T 97.2 g   NKT 21.8 g   Błonnik 40.1 g   Sód 2024.0 mg	Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 60.0g Jogurt naturalny 100.0g (7)  kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; ser, gouda tłusty 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7)	Zupa jarzynowa (G) 349.9g (7, 9) Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7) Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki, pora, cebuli z olejem 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; miruna pieczona (P) 100.00g; (4)	Mus warzywno- owocowy 100.0g	Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) 60.0g (1, 3) Wędlina drobiowa (PARZ.) 50.0g  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) rzodkiewka 90.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA  Razem E: 2003.5 kcal   B 95.0 g   W 305.2 g   Cukry 71.1 g   T 61.0 g   NKT 15.3 g   Błonnik 22.0 g   Sód 1512.0 mg	Ser twarogowy chudy 60.0g (7)  kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; dżem owocowy 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa jarzynowa (G) 350.0g (7, 9) Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7) Dyńia duszona z olejem W 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; miruna pieczona (P) 100.00g; (4)		Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) 60.0g (1, 3) Wędlina drobiowa (PARZ.) 50.0g  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU  Razem E: 2003.5 kcal   B 95.0 g   W 305.2 g   Cukry 71.1 g   T 61.0 g   NKT 15.3 g   Błonnik 22.0 g   Sód 1512.0 mg	Ser twarogowy chudy 60.0g (7)  kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; dżem owocowy 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa jarzynowa (G) 350.0g (7, 9) Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7) Dyńia duszona z olejem W 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; miruna pieczona (P) 100.00g; (4)		Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) 60.0g (1, 3) Wędlina drobiowa (PARZ.) 50.0g  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona  
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Sobota 2026-06-13

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>3.4.26 ostr PODSTAWOWA</p> <p>Razem E: 1897.1 kcal   B 89.3 g   W 278.0 g   Cukry 57.8 g   T 64.6 g   NKT 16.0 g   Błonnik 29.1 g   Sód 1398.3 mg</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Eskalop w jajku z pietruszką (S) 100.0g (3) Makaron pszenny gotowany (G) 100.0g (1) Surówka z białej kapusty, marchewki, pora, cebuli z olejem 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>		<p>Pasta rybna (tuńczyk) (G) 60.0g (4, 7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; papryka czerwona świeża 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	
<p>3.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p> <p>Razem E: 2123.3 kcal   B 112.4 g   W 313.1 g   Cukry 34.9 g   T 66.9 g   NKT 14.0 g   Błonnik 43.4 g   Sód 1532.4 mg</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>wafle ryżowe wielozłazniaste (3szt/porc.) 30.00g; (11)</p>	<p>Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Filet z kurczaka na parze (PAR.) 100.4g (10) Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7, 9, 10) Surówka z białej kapusty, marchewki, pora, cebuli z olejem 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany (G) 100.00g; (1)</p>	<p>Kisiel owocowy bez cukru (G) 150.0g</p>	<p>Pasta rybna (tuńczyk) (G) 60.0g (4, 7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) papryka czerwona świeża 90.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)</p>
<p>3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA</p> <p>Razem E: 1752.7 kcal   B 97.3 g   W 285.1 g   Cukry 59.2 g   T 41.5 g   NKT 14.3 g   Błonnik 27.3 g   Sód 1520.4 mg</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Makaron pszenny gotowany (G) 100.0g (1) Filet z kurczaka na parze (PAR.) 100.4g (10) Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7, 9, 10)  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;</p>		<p>Pasta rybna (tuńczyk) (G) 60.0g (4, 7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	
<p>3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</p> <p>Razem E: 1752.7 kcal   B 97.3 g   W 285.1 g   Cukry 59.2 g   T 41.5 g   NKT 14.3 g   Błonnik 27.3 g   Sód 1520.4 mg</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Makaron pszenny gotowany (G) 100.0g (1) Filet z kurczaka na parze (PAR.) 100.4g (10) Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7, 9, 10)  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;</p>		<p>Pasta rybna (tuńczyk) (G) 60.0g (4, 7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona  
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Niedziela 2026-06-14

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>3.4.26 ostr PODSTAWOWA</p> <p>Razem E: 2071.0 kcal   B 104.2 g   W 268.1 g   Cukry 46.9 g   T 81.8 g   NKT 18.1 g   Błonnik 29.4 g   Sód 1531.6 mg</p>	<p>Jaja gotowane (2szt.por.) (G) 100.0g (3)</p> <p>Majonez 10.0g (3, 10)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Rosół (G) 300.0g (9)</p> <p>Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g</p> <p>Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9)</p> <p>Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)</p>		<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p>	
<p>3.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p> <p>Razem E: 2310.5 kcal   B 118.9 g   W 298.8 g   Cukry 31.4 g   T 90.2 g   NKT 20.0 g   Błonnik 39.7 g   Sód 1627.1 mg</p>	<p>Jaja gotowane (2szt.por.) (G) 100.0g (3)</p> <p>Majonez 10.0g (3, 10)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>Podpłomyki bez cukru 3szt/por 27.00g; (1, 3)</p>	<p>Rosół (G) 300.0g (9)</p> <p>Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g</p> <p>Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9)</p> <p>Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany (G) 100.00g; (1)</p>	<p>Sok pomidorowy 300.0g</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy; ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)</p>
<p>3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA</p> <p>Razem E: 2038.3 kcal   B 102.7 g   W 275.9 g   Cukry 50.2 g   T 77.1 g   NKT 18.3 g   Błonnik 26.3 g   Sód 1470.1 mg</p>	<p>Jaja gotowane (2szt.por.) (G) 100.0g (3)</p> <p>Serek fromage naturalny (klasyczny) 40.0g (7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Rosół (G) 300.0g (9)</p> <p>Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g</p> <p>Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9)</p> <p>Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)</p>		<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	
<p>3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</p> <p>Razem E: 2011.4 kcal   B 97.5 g   W 276.0 g   Cukry 50.2 g   T 76.5 g   NKT 16.0 g   Błonnik 26.5 g   Sód 1806.8 mg</p>	<p>Serek fromage naturalny (klasyczny) 40.0g (7)</p> <p>Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 80.0g (3)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Rosół (G) 300.0g (9)</p> <p>Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g</p> <p>Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9)</p> <p>Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)</p>		<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona  
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Poniedziałek 2026-06-15	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>3.4.26 ostr PODSTAWOWA</p> <p>Razem E: 2164.2 kcal   B 88.6 g   W 324.9 g   Cukry 52.9 g   T 78.2 g   NKT 14.8 g   Błonnik 50.6 g   Sód 1520.9 mg</p>	<p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) jogurt naturalny, 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) ser kanapkowy favita z szpinak i czosnek PLASTRY 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Zupa barszcz biały z ziemniakami (G) 349.9g (1, 7, 9) Pulpety drobiowe (G) 100.0g (3) Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Surówka wielowarzywna z kapustą, papryką, ogórkiem z olejem 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza bulgur, gotowana (G) 200.00g; (1)</p>		<p>Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i cynamonem (P) 150.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; ogórek 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) ser twarogowy chudy 50.00g; (7) chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	
<p>3.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p> <p>Razem E: 2441.0 kcal   B 119.3 g   W 324.2 g   Cukry 35.4 g   T 97.6 g   NKT 20.5 g   Błonnik 59.8 g   Sód 1845.4 mg</p>	<p>Jogurt naturalny 100.0g (7)  kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) chleb graham 100.00g; (1) papryka czerwona świeża 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; ser kanapkowy favita z szpinak i czosnek PLASTRY 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>kefir, 2% tłuszczu 150.00g; (7)</p>	<p>Pulpety drobiowe (G) 100.0g (3) Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Zupa barszcz biały z ziemniakami (G) 349.9g (1, 7, 9) Surówka wielowarzywna z kapustą, papryką, ogórkiem z olejem 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza bulgur, gotowana (G) 200.00g; (1)</p>	<p>Mus warzywno- owocowy 100.0g</p>	<p>Pełnoziarnista zapiekanka ryżowa ze szpinakiem i serem (P) 150.1g (3, 7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; ser twarogowy chudy 50.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy; ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)</p>
<p>3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA</p> <p>Razem E: 2150.6 kcal   B 85.5 g   W 367.9 g   Cukry 57.3 g   T 57.8 g   NKT 12.8 g   Błonnik 43.6 g   Sód 1694.9 mg</p>	<p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; serek śmietankowy z ziołami 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Zupa NT cukiniowa z ziemniakami (G) 350.1g (7) Pulpety drobiowe (G) 100.0g (3) Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Dyńia duszona z olejem (D) 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (G) 200.00g; (1)</p>		<p>Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i cynamonem (P) 150.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 50.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	
<p>3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</p> <p>Razem E: 2150.6 kcal   B 85.5 g   W 367.9 g   Cukry 57.3 g   T 57.8 g   NKT 12.8 g   Błonnik 43.6 g   Sód 1694.9 mg</p>	<p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; serek śmietankowy z ziołami 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Zupa NT cukiniowa z ziemniakami (G) 350.1g (7) Pulpety drobiowe (G) 100.0g (3) Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Dyńia duszona z olejem (D) 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (G) 200.00g; (1)</p>		<p>Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i cynamonem (P) 150.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 50.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona  
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Wtorek 2026-06-16

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
3.4.26 ostr PODSTAWOWA  Razem E: 2068.7 kcal   B 75.1 g   W 320.8 g   Cukry 59.7 g   T 77.5 g   NKT 18.1 g   Błonnik 27.5 g   Sód 1427.5 mg	Pasta jajeczna z koperkiem (G) 60.0g (3, 7) Serek fromage naturalny (klasyczny) 40.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Surówka z pekińskiej kapusty z pomarańczą i olejem 150.0g kluski ziemniaczane (G) 270.00g; (1, 3) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; Twaróg z cebulą (D) 30.00g; (7)		Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka (G) 60.0g  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; rzodkiewka 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) ser, gouda tłusty 40.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	
3.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW  Razem E: 2332.0 kcal   B 93.3 g   W 355.1 g   Cukry 39.1 g   T 80.5 g   NKT 17.3 g   Błonnik 36.5 g   Sód 1488.6 mg	Pasta jajeczna z koperkiem (G) 60.0g (3, 7) Serek fromage naturalny (klasyczny) 40.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; bułki grahamki 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7)	Pieczywo chrupkie wieloziarniste WASA (3szt.) 21.00g; (1)	Surówka z pekińskiej kapusty z pomarańczą i olejem 150.0g Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) kluski ziemniaczane (G) 270.00g; (1, 3) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; Twaróg z cebulą (D) 30.00g; (7)	Budyń śmietankowy bez cukru (G) 148.6g (7)	Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka (G) 60.0g  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) rzodkiewka 90.00g; ser, gouda tłusty 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA  Razem E: 2026.6 kcal   B 63.9 g   W 320.2 g   Cukry 60.3 g   T 77.3 g   NKT 18.6 g   Błonnik 22.7 g   Sód 1439.9 mg	Pasta jajeczna z koperkiem (G) 60.0g (3, 7) Serek fromage naturalny (klasyczny) 40.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g  kluski ziemniaczane z masłem (G) 270.00g; (1, 3) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; Twaróg 30.00g; (7)		Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 69.9g  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU  Razem E: 2041.2 kcal   B 63.1 g   W 319.5 g   Cukry 59.7 g   T 79.6 g   NKT 17.7 g   Błonnik 22.6 g   Sód 1710.9 mg	Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 60.0g (3) Serek fromage naturalny (klasyczny) 40.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g  kluski ziemniaczane z masłem (G) 270.00g; (1, 3) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; Twaróg 30.00g; (7)		Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 69.9g  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona  
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Środa 2026-06-17

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
3.4.26 ostr PODSTAWOWA  Razem E: 1607.8 kcal   B 90.1 g   W 249.8 g   Cukry 49.2 g   T 44.5 g   NKT 14.7 g   Błonnik 30.1 g   Sód 1925.3 mg	Pasta twarogowa z pieczoną papryką (P) 60.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 100.00g; (7) ogórek 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa pieczarkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9)  Potrawka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9) Surówka z marchewki z porem ze śmietanką 150.0g (7)  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
3.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW  Razem E: 1891.3 kcal   B 107.7 g   W 291.4 g   Cukry 40.1 g   T 52.0 g   NKT 16.6 g   Błonnik 41.6 g   Sód 2123.1 mg	Pasta twarogowa z pieczoną papryką (P) 60.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) ogórek 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	wafle ryżowe wielozłaziste (3szt/porc.) 30.00g; (11)	Potrawka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9) Zupa pieczarkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Surówka z marchewki z porem ze śmietanką 150.0g (7)  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	sok wielowarzywny 300.00g; (9)	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA  Razem E: 2007.5 kcal   B 95.3 g   W 346.7 g   Cukry 47.5 g   T 42.3 g   NKT 11.6 g   Błonnik 24.1 g   Sód 2095.7 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa NT ryżanka z włoszczyzną (G) 350.0g (7, 9)  Potrawka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9)  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU  Razem E: 2007.5 kcal   B 95.3 g   W 346.7 g   Cukry 47.5 g   T 42.3 g   NKT 11.6 g   Błonnik 24.1 g   Sód 2095.7 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa NT ryżanka z włoszczyzną (G) 350.0g (7, 9)  Potrawka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9)  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona  
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Czwartek 2026-06-18

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
3.4.26 ostr PODSTAWOWA  Razem E: 1972.2 kcal   B 93.6 g   W 270.8 g   Cukry 43.9 g   T 77.7 g   NKT 15.8 g   Błonnik 29.6 g   Sód 2387.4 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (G) 60.0g (3, 7, 10) jogurt naturalny, 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa dyniowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Rolada wieprzowa mielona z marchewką (P) 99.1g Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 9, 10) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Musztarda 10.0g (10)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; ogórek kiszony 90.00g; parówki z szynki (2szt.por.) (G) 80.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) ser kanapkowy favita z szpinak i czosnek PLASTRY 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
3.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW  Razem E: 2240.9 kcal   B 115.7 g   W 290.5 g   Cukry 45.8 g   T 91.1 g   NKT 21.9 g   Błonnik 39.7 g   Sód 2463.0 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) 250.0g (7) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (G) 60.0g (3, 7, 10) Wędlina drobiowa (PARZ.) 50.0g chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	kefir, 2% tłuszczu 150.00g; (7)	Zupa dyniowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Rolada wieprzowa mielona z marchewką (P) 99.1g Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 9, 10) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	Mus warzywno- owocowy 100.0g	Musztarda 10.0g (10)  herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek kiszony 90.00g; parówki z szynki (2szt.por.) (G) 80.00g; ser kanapkowy favita z szpinak i czosnek PLASTRY 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA  Razem E: 2009.5 kcal   B 112.2 g   W 285.5 g   Cukry 55.4 g   T 63.3 g   NKT 17.7 g   Błonnik 25.6 g   Sód 2622.1 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Pasta jajeczna (G) 60.0g (3, 10) chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; cukier, biały 15.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Zupa dyniowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 9, 10) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Rolada wieprzowa mielona z marchewką (P) 99.1g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
3.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU  Razem E: 1965.7 kcal   B 112.6 g   W 284.2 g   Cukry 54.5 g   T 58.8 g   NKT 16.6 g   Błonnik 25.5 g   Sód 2854.4 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 60.0g (3) chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; cukier, biały 15.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Zupa dyniowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 9, 10) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Rolada wieprzowa mielona z marchewką (P) 99.1g  Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona  
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe