

Piątek 2026-06-19

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.4.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2028.0 kcal B 82.6 g W 288.4 g Cukry 55.3 g T 79.0 g NKT 21.6 g Błonnik 37.6 g Sód 1217.3 mg	Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor czerwony 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;		Zupa kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami (G) 350.0g (9) Kotlety rybne na parze (mintaj, miruna) (PAR) 100.0g (3, 4) Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7) Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Pasta a'la paprykarz (ryż, włoszczyzna, pomidory) (G) 69.9g (9) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; ogórek 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) mozzarella 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
4.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2322.9 kcal B 121.7 g W 304.5 g Cukry 40.5 g T 89.7 g NKT 22.7 g Błonnik 48.9 g Sód 1602.8 mg	Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7)	Kotlety rybne na parze (mintaj, miruna) (PAR) 100.0g (3, 4) Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7) Zupa kapuśniak z ziemniakami (G) 350.0g (9) Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	sok wielowarzywny 300.00g; (9)	Pasta a'la paprykarz (ryż BRAŹOWY, włoszczyzna, pomidory) (G) 69.9g (9) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; mozzarella 30.00g; (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)
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2045.5 kcal B 74.2 g W 303.2 g Cukry 53.2 g T 76.9 g NKT 22.1 g Błonnik 33.5 g Sód 1652.3 mg	Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3) Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Kotlety rybne na parze (mintaj, miruna) (PAR) 100.0g (3, 4) Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7) Zupa NT cukiniowa z ziemniakami (G) 350.1g (7) Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Pasta a'la paprykarz (ryż, włoszczyzna, pomidory) (G) 69.9g (9) Mozzarella 30.0g (7) 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;	
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU Razem E: 2045.5 kcal B 74.2 g W 303.2 g Cukry 53.2 g T 76.9 g NKT 22.1 g Błonnik 33.5 g Sód 1652.3 mg	Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3) Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Kotlety rybne na parze (mintaj, miruna) (PAR) 100.0g (3, 4) Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7) Zupa NT cukiniowa z ziemniakami (G) 350.1g (7) Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Pasta a'la paprykarz (ryż, włoszczyzna, pomidory) (G) 69.9g (9) Mozzarella 30.0g (7) 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 2026-06-20	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.4.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1936.9 kcal B 96.0 g W 293.0 g Cukry 59.4 g T 60.7 g NKT 18.6 g Błonnik 36.3 g Sód 1357.2 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 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;		Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Surówka z marchewki i jabłka ze śmietanką 150.0g (7) zupa fasolowa z ziemniakami (G) 350.00g; (1) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 60.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; rzodkiewka 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) ser kanapkowy favita z papryką PLASTRY 40.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	
4.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2154.9 kcal B 118.9 g W 316.7 g Cukry 35.5 g T 65.8 g NKT 18.4 g Błonnik 44.2 g Sód 1486.3 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	kefir, 2% tłuszczu 150.00g; (7)	Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Surówka z marchewki i jabłka ze śmietanką 150.0g (7) zupa fasolowa z ziemniakami (G) 350.00g; (1) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	wafle ryżowe wielozłaziste (3szt/porc.) 30.00g; (11)	Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 60.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) rzodkiewka 90.00g; ser kanapkowy favita z papryką PLASTRY 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)
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1710.0 kcal B 84.9 g W 277.6 g Cukry 58.5 g T 44.4 g NKT 14.3 g Błonnik 25.1 g Sód 1770.4 mg	Brokuły gotowane z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Zupa NT marchewkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;		Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 60.0g 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;	
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU Razem E: 1710.0 kcal B 84.9 g W 277.6 g Cukry 58.5 g T 44.4 g NKT 14.3 g Błonnik 25.1 g Sód 1770.4 mg	Brokuły gotowane z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Zupa NT marchewkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;		Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 60.0g 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;	

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 2026-06-21	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.4.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1729.2 kcal B 74.0 g W 263.0 g Cukry 41.4 g T 58.2 g NKT 12.3 g Błonnik 26.7 g Sód 1680.7 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Kotlet mielony (S) 100.0g (1, 3) Żurek z ziemniakami (G) 349.8g (1, 9) Mizeria z jogurtem 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka (G) 70.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; 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;	
4.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 1937.2 kcal B 94.3 g W 300.5 g Cukry 32.8 g T 58.2 g NKT 14.0 g Błonnik 39.1 g Sód 1885.1 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Pieczywo chrupkie wieloziarniste WASA (3szt.) 21.00g; (1)	Pulpety wieprzowe (G) 100.0g (1, 3) Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Żurek z ziemniakami (G) 349.8g (1, 9) Mizeria z jogurtem 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	sok wielowarzywny 300.00g; (9)	Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka (G) 70.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) papryka czerwona świeża 90.00g; 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)
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1689.3 kcal B 74.5 g W 294.3 g Cukry 74.1 g T 40.0 g NKT 12.0 g Błonnik 27.8 g Sód 1771.9 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Pulpety wieprzowe (G) 100.0g (1, 3) Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g Zupa NT selerowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) 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; ser twarogowy chudy 70.00g; (7) dżem owocowy 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU Razem E: 1689.3 kcal B 74.5 g W 294.3 g Cukry 74.1 g T 40.0 g NKT 12.0 g Błonnik 27.8 g Sód 1771.9 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Pulpety wieprzowe (G) 100.0g (1, 3) Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g Zupa NT selerowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) 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; ser twarogowy chudy 70.00g; (7) dżem owocowy 40.00g; 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

Poniedziałek 2026-06-22	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.4.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1928.3 kcal B 81.4 g W 277.2 g Cukry 49.6 g T 74.0 g NKT 22.6 g Błonnik 28.7 g Sód 1730.6 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) ogórek 90.00g; pasztet drobiowy (P) 60.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Zupa ziemniaczana z zacierką (G) 350.1g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż brązowy gotowany (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
4.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2135.2 kcal B 102.1 g W 297.2 g Cukry 27.4 g T 80.3 g NKT 22.5 g Błonnik 35.7 g Sód 1790.9 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek 90.00g; pasztet drobiowy (P) 60.00g; serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	kefir, 2% tłuszczu 150.00g; (7)	Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Zupa ziemniaczana z zacierką (G) 350.1g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż brązowy gotowany (G) 200.00g;	Podplomyki bez cukru 3szt/por 27.00g; (1, 3)	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (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)
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1944.5 kcal B 77.6 g W 289.1 g Cukry 52.5 g T 72.0 g NKT 22.0 g Błonnik 23.4 g Sód 1730.8 mg	Marchew gotowana z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) pasztet drobiowy (P) 60.00g; serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa ziemniaczana z zacierką (G) 350.1g (7, 9) Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) 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; serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) wędlina wieprzowa (PARZ) 30.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU Razem E: 1944.5 kcal B 77.6 g W 289.1 g Cukry 52.5 g T 72.0 g NKT 22.0 g Błonnik 23.4 g Sód 1730.8 mg	Marchew gotowana z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) pasztet drobiowy (P) 60.00g; serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa ziemniaczana z zacierką (G) 350.1g (7, 9) Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) 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; serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) wędlina wieprzowa (PARZ) 30.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	

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 2026-06-23

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.4.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1901.6 kcal B 87.5 g W 291.5 g Cukry 47.8 g T 60.5 g NKT 17.0 g Błonnik 30.9 g Sód 1720.8 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (G) 60.0g (3, 7, 10) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa botwinka z ziemniakami (G) 350.0g (3, 7, 9) Pierogi ze szpinakiem i twarogiem (8szt.por.) (G) 300.0g (1, 7) Surówka z czerwonej kapusty, jabłka, cebuli z majonezem 150.0g (3, 7, 10) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g;		Pasta rybna (makrela) (W) 60.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; rzodkiewka 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
4.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2100.3 kcal B 103.4 g W 319.8 g Cukry 48.1 g T 67.4 g NKT 18.7 g Błonnik 54.0 g Sód 1743.9 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (G) 60.0g (3, 7, 10) chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Jabłko 150.0g	Zupa botwinka z ziemniakami (G) 350.0g (3, 7, 9) Pierogi pełnoziarniste ze szpinakiem i twarogiem (8szt.por.) (G) 300.0g (1, 7) Surówka z czerwonej kapusty, jabłka, cebuli z majonezem 150.0g (3, 7, 10) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g;	Mus warzywno- owocowy 100.0g	Pasta rybna (makrela) (W) 60.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) rzodkiewka 90.00g; 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)
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2223.8 kcal B 87.9 g W 378.9 g Cukry 43.6 g T 55.6 g NKT 16.6 g Błonnik 23.9 g Sód 1931.7 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Pasta jajeczna z koperkiem (G) 60.0g (3, 7) chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) kalafior gotowany z olejem (G) 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Zupa NT ryżanka z włoszczyzną (G) 350.0g (7, 9) Pierogi ze szpinakiem i twarogiem (8szt.por.) (G) 300.0g (1, 7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;		Pasta rybna (makrela) (W) 60.0g (4, 7) 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;	
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU Razem E: 2238.4 kcal B 87.1 g W 378.2 g Cukry 43.0 g T 57.9 g NKT 15.7 g Błonnik 23.9 g Sód 2202.7 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, 2% tłuszczu 100.00g; (7) kalafior gotowany z olejem (G) 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Zupa NT ryżanka z włoszczyzną (G) 350.0g (7, 9) Pierogi ze szpinakiem i twarogiem (8szt.por.) (G) 300.0g (1, 7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;		Pasta rybna (makrela) (W) 60.0g (4, 7) 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 2026-06-24

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.4.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1762.5 kcal B 82.4 g W 267.7 g Cukry 39.1 g T 58.9 g NKT 15.2 g Błonnik 24.0 g Sód 1293.7 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) ser kanapkowy favita z papryką PLASTRY 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Gulasz wieprzowy z marchewką (D) 200.0g Sałata z rzodkiewką, śmietanką 150.0g (7) zupa ogórkowa z ziemniakami (G) 350.00g; (1, 7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza pęczak gotowana (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; papryka czerwona świeża 90.00g; pasztet wieprzowy własny (P) 70.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	
4.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2013.1 kcal B 99.3 g W 302.0 g Cukry 22.0 g T 66.1 g NKT 17.1 g Błonnik 35.1 g Sód 1457.9 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ser kanapkowy favita z papryką PLASTRY 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	wafle ryżowe wielozłazniaste (3szt/porc.) 30.00g; (11)	Gulasz wieprzowy z marchewką (D) 200.0g Sałata z rzodkiewką, śmietanką 150.0g (7) zupa ogórkowa z ziemniakami (G) 350.00g; (1, 7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza pęczak gotowana (G) 200.00g;	Sok pomidorowy 300.0g	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) papryka czerwona świeża 90.00g; pasztet wieprzowy własny (P) 70.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlna sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1860.8 kcal B 91.3 g W 295.6 g Cukry 50.9 g T 51.5 g NKT 14.3 g Błonnik 32.6 g Sód 1745.5 mg	Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa NT pietruszkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7) Gulasz wieprzowy z marchewką (D) 200.0g Sałata w sosie jogurtowo- ziołowym 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (G) 200.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; pasztet wieprzowy własny (P) 70.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU Razem E: 1860.8 kcal B 91.3 g W 295.6 g Cukry 50.9 g T 51.5 g NKT 14.3 g Błonnik 32.6 g Sód 1745.5 mg	Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa NT pietruszkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7) Gulasz wieprzowy z marchewką (D) 200.0g Sałata w sosie jogurtowo- ziołowym 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (G) 200.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; pasztet wieprzowy własny (P) 70.00g; 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 2026-06-25	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.4.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2107.6 kcal B 99.8 g W 267.7 g Cukry 60.3 g T 90.7 g NKT 21.4 g Błonnik 29.8 g Sód 1979.7 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) rzodkiewka 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Zupa barszcz biały z ziemniakami (G) 349.9g (1, 7, 9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g 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; parówki z szynki (2szt.por.) (G) 80.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) musztarda (1 szt.) 10.00g; (10) cukier, biały 10.00g;	
4.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2356.1 kcal B 133.6 g W 278.0 g Cukry 43.0 g T 101.1 g NKT 22.3 g Błonnik 40.0 g Sód 2256.5 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) rzodkiewka 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7)	Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Zupa barszcz biały z ziemniakami (G) 349.9g (1, 7, 9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	Mus warzywno- owocowy W 100.0g	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; parówki z szynki (2szt.por.) (G) 80.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) musztarda (1 szt.) 10.00g; (10)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1892.4 kcal B 94.3 g W 275.4 g Cukry 59.7 g T 62.3 g NKT 17.3 g Błonnik 24.7 g Sód 1964.8 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) cukinia pieczona (P) 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Zupa NT dyniowa z ziemniakami (G) 350.0g (1, 6, 9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 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;	
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU Razem E: 1892.4 kcal B 94.3 g W 275.4 g Cukry 59.7 g T 62.3 g NKT 17.3 g Błonnik 24.7 g Sód 1964.8 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) cukinia pieczona (P) 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Zupa NT dyniowa z ziemniakami (G) 350.0g (1, 6, 9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 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

Piątek 2026-06-26

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.4.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2127.6 kcal B 87.2 g W 320.0 g Cukry 44.5 g T 73.9 g NKT 15.5 g Błonnik 37.1 g Sód 1607.7 mg	Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g; majonez 10.00g; (3, 10)		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (G) 350.0g (1, 6, 9) Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7) Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki, pora, cebuli z oliwki z oliwek 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; dorsz, filety pieczone (P) 100.00g; (4)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Salatka ciecierzycy wegetariańska (Dega) 125.00g; ogórek 90.00g; ser twarogowy chudy 50.00g; (7) chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
4.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2373.0 kcal B 113.3 g W 341.8 g Cukry 30.5 g T 82.0 g NKT 19.0 g Błonnik 47.4 g Sód 1274.6 mg	Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb graham 100.00g; (1) papryka czerwona świeża 90.00g; jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) masło ekstra 10.00g; (7) majonez 10.00g; (3, 10)	kefir, 2% tłuszczu 150.00g; (7)	Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7) Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki, pora, cebuli z oliwki z oliwek 150.0g Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (G) 350.0g (1, 6, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; dorsz, filety pieczone (P) 100.00g; (4)	sok pomidorowy 300.00g;	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Salatka ciecierzycy wegetariańska (Dega) (G) 125.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; ser twarogowy chudy 50.00g; (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)
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1854.1 kcal B 89.5 g W 319.0 g Cukry 71.5 g T 40.9 g NKT 12.8 g Błonnik 27.3 g Sód 974.5 mg	Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3) Brokuły gotowane z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7) Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (G) 350.0g (1, 6, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g; dorsz, filety pieczone (P) 100.00g; (4)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 70.00g; (7) dżem owocowy 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU Razem E: 1868.9 kcal B 88.7 g W 319.2 g Cukry 71.5 g T 42.8 g NKT 11.7 g Błonnik 27.4 g Sód 1263.2 mg	Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3) Brokuły gotowane z olejem (G) 90.0g Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 60.0g (3) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7) Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (G) 350.0g (1, 6, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g; dorsz, filety pieczone (P) 100.00g; (4)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 70.00g; (7) dżem owocowy 40.00g; 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 2026-06-27	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.4.26 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1843.0 kcal B 91.6 g W 290.5 g Cukry 54.6 g T 53.6 g NKT 15.5 g Błonnik 34.7 g Sód 1687.9 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; 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 pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Pulpety drobiowe (G) 100.0g (1, 3) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)		Leczo warzywne z kurczakiem (włoszczyzna, cukinia, pomidory, filet) (G) 200.0g (7, 9) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; papryka czerwona świeża 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) ser, gouda tusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
4.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2012.9 kcal B 106.8 g W 317.5 g Cukry 34.0 g T 56.0 g NKT 13.6 g Błonnik 45.8 g Sód 1803.4 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 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)	Mus warzywno- owocowy 100.0g	Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Pulpety drobiowe (G) 100.0g (1, 3) Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany (G) 100.00g; (1)	wafle ryżowe wieloziarniste (3szt/porc.) 30.00g; (11)	Leczo warzywne z kurczakiem (włoszczyzna, cukinia, pomidory, filet) (G) 200.0g (7, 9) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) papryka czerwona świeża 90.00g; ser, gouda tusty 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)
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1808.6 kcal B 87.0 g W 293.5 g Cukry 57.4 g T 49.7 g NKT 15.9 g Błonnik 30.4 g Sód 2181.4 mg	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;		Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Ziemniaki gotowane z koperkiem (G) 200.0g Pulpety drobiowe (G) 100.0g (1, 3) Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)		Leczo warzywne z kurczakiem (włoszczyzna, cukinia, pomidory, filet) (G) 200.0g (7, 9) 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;	
4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU Razem E: 1808.6 kcal B 87.0 g W 293.5 g Cukry 57.4 g T 49.7 g NKT 15.9 g Błonnik 30.4 g Sód 2181.4 mg	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;		Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Ziemniaki gotowane z koperkiem (G) 200.0g Pulpety drobiowe (G) 100.0g (1, 3) Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)		Leczo warzywne z kurczakiem (włoszczyzna, cukinia, pomidory, filet) (G) 200.0g (7, 9) 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

Niedziela 2026-06-28	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>4.4.26 ostr PODSTAWOWA</p> <p>Razem E: 2108.9 kcal B 111.3 g W 260.1 g Cukry 43.1 g T 89.0 g NKT 17.9 g Błonnik 27.3 g Sód 1496.3 mg</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g; majonez 10.00g; (3, 10)</p>		<p>Rosół (G) 300.0g (9) Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Surówka wielowarzywna z kapustą, papryką, ogórkiem z olejem 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; kasza gryczana gotowana (G) 200.00g; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)</p>		<p>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) serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	
<p>4.4.26 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</p> <p>Razem E: 2313.5 kcal B 126.2 g W 287.5 g Cukry 31.0 g T 95.3 g NKT 19.6 g Błonnik 38.8 g Sód 1518.0 mg</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) masło ekstra 10.00g; (7) majonez 10.00g; (3, 10)</p>	<p>Pieczywo chrupkie wieloziarniste WASA (3szt.) 21.00g; (1)</p>	<p>Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Surówka wielowarzywna z kapustą, papryką, ogórkiem z olejem 150.0g Rosół (G) 300.0g (9)</p> <p>Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; kasza gryczana gotowana (G) 200.00g; makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany (G) 100.00g; (1)</p>	<p>Mus warzywno- owocowy 100.0g</p>	<p>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)</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>4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA</p> <p>Razem E: 1901.0 kcal B 110.0 g W 287.8 g Cukry 45.9 g T 53.5 g NKT 15.3 g Błonnik 30.0 g Sód 1626.6 mg</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) kalafior gotowany z olejem (G) 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p>		<p>Rosół (G) 300.0g (9) Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (G) 200.00g; (1) makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)</p>		<p>Wędlina drobiowa (PARZ.) 50.0g</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	
<p>4.4.26 ostr ŁATWOSTRAWNA Z OGR. TŁUSZCZU</p> <p>Razem E: 1915.8 kcal B 109.2 g W 288.1 g Cukry 45.9 g T 55.4 g NKT 14.3 g Błonnik 30.1 g Sód 1915.3 mg</p>	<p>Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 60.0g (3)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) kalafior gotowany z olejem (G) 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p>		<p>Rosół (G) 300.0g (9) Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (G) 200.00g; (1) makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)</p>		<p>Wędlina drobiowa (PARZ.) 50.0g</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 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