

Sobota 2025-05-03	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
6.8 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2607.1 kcal B 113.2 g T 84.7 g W 366.6 g SFA 40.9 g Cukry 121.6 g Sól 7.7 g Błonnik 37.7 g	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; ser, gouda tłusty 60.00g; (7) bułki grahamki 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	Mus warzywno- owocowy W 100.0g pomarańcza 100.00g;	Zupa pomidorowa P/C 300.0g (7, 9) Kotlety pożarskie PIECZONE (b.pieprz.) 100.0g (1, 3) Surówka z kapusty pekińskiej P/C 150.0g (3, 10) Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; makaron pszenny gotowany 100.00g; (1) ciasto sernik 80.00g; (1, 3, 7)	chrupki kukurydziane 40.00g;	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; ogórek 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) szynka drobiowa 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) ricotta 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	kefir, 2% tłuszczu 150.00g; (7)
6.8 ostr Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLOWODANÓW Razem E: 2513.5 kcal B 106.1 g T 77.7 g W 369.0 g SFA 36.4 g Cukry 101.5 g Sól 8.8 g Błonnik 43.9 g	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; ser, gouda tłusty 60.00g; (7) bułki grahamki 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7)	Mus warzywno- owocowy W 100.0g pomarańcza 100.00g;	Zupa pomidorowa P/C 300.0g (7, 9) Kotlety pożarskie PIECZONE (b.pieprz.) 100.0g (1, 3) Surówka z kapusty pekińskiej P/C 150.0g (3, 10) Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany 100.00g; (1) ciasto jablecznik (erytrytol) 80.00g; (1)	wafle ryżowe wielozłazniste 30.00g; (11)	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; szynka drobiowa 50.00g; ricotta 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka C chleb graham z serem, masłem i sałatą 80.0g (1, 7)
6.8 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2457.6 kcal B 99.4 g T 75.3 g W 361.3 g SFA 36.6 g Cukry 132.4 g Sól 8.6 g Błonnik 27.0 g	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) serek kanapkowy śmietankowy 120.00g; (7) cukinia pieczona W 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	banan 100.00g;	Zupa pomidorowa L/N 299.9g (7, 9) Kotlety pożarskie PIECZONE (b.pieprz.) 100.0g (1, 3) Dynia duszona z olejem W 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; makaron pszenny gotowany 100.00g; (1) ciasto sernik 80.00g; (1, 3, 7)		Marchew gotowana W 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) szynka drobiowa 50.00g; ricotta 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	kefir, 2% tłuszczu 150.00g; (7)
6.8 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 2457.7 kcal B 99.4 g T 75.3 g W 361.3 g SFA 36.6 g Cukry 132.4 g Sól 8.6 g Błonnik 27.0 g	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) serek kanapkowy śmietankowy 120.00g; (7) cukinia pieczona W 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	banan 100.00g;	Zupa pomidorowa L/N 300.0g (7, 9) Kotlety pożarskie PIECZONE (b.pieprz.) 100.0g (1, 3) Dynia duszona z olejem W 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; makaron pszenny gotowany 100.00g; (1) ciasto sernik 80.00g; (1, 3, 7)		Marchew gotowana W 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) szynka drobiowa 50.00g; ricotta 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	kefir, 2% tłuszczu 150.00g; (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 - lubin i produkty pochodne, 14 -

Niedziela 2025-05-04

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
6.8 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2384.8 kcal B 124.1 g T 71.2 g W 337.6 g SFA 29.6 g Cukry 136.1 g Sól 10.5 g Błonnik 40.6 g	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) rzodkiewka 90.00g; ser twarogowy chudy 70.00g; (7) chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) dżem owocowy (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	Kisiel owocowy 150.0g gruszka 100.00g;	Pulpety drobiowo- wieprzowe 100.0g (1, 3) Sos brokułowy C 80.0g (1, 7) Surówka z czerwonej kapusty P/C 150.0g (3, 10) zupa barszcz ukraiński 350.00g; (9) Kompot owocowy 250.00g; kasza gryczana gotowana 200.00g; kalafior gotowany W 100.00g;	biszkopty 30.00g; (1, 3)	Pasta rybna z pieczonej ryby L/N 50.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) szynka wieprzowa 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7)
6.8 ostr Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLOWODANÓW Razem E: 2178.1 kcal B 112.6 g T 62.9 g W 316.9 g SFA 23.4 g Cukry 99.0 g Sól 13.0 g Błonnik 51.6 g	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb graham 100.00g; (1) rzodkiewka 90.00g; ser twarogowy chudy 50.00g; (7) szynka eksportowa drobiowa 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kisiel owocowy bez cukru 150.0g gruszka 100.00g;	Pulpety drobiowo- wieprzowe 100.0g (1, 3) Sos brokułowy C 80.0g (1, 7) Surówka z czerwonej kapusty P/C 150.0g (3, 10) zupa barszcz ukraiński 350.00g; (9) Kompot owocowy 250.00g; kasza gryczana gotowana 200.00g; kalafior gotowany W 100.00g;	sok wielowarzywny 300.00g; (9)	Pasta rybna z pieczonej ryby L/N 50.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; szynka wieprzowa 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka C chleb graham, masło, wędlina, sałata 115.0g (1, 7)
6.8 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2386.9 kcal B 130.4 g T 64.1 g W 337.5 g SFA 29.8 g Cukry 134.3 g Sól 10.2 g Błonnik 33.9 g	Pietruszka gotowany z olejem W 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) ser twarogowy chudy 70.00g; (7) dżem owocowy (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	banan 100.00g;	Zupa buraczkowa L/N 350.0g (9) Pulpety drobiowo- wieprzowe 100.0g (1, 3) Sos brokułowy L/N 80.0g (1, 7) Kompot owocowy 250.00g; kasza kuskus gotowana 200.00g; (1) kalafior gotowany W 150.00g; cukinia pieczona W 100.00g;		Pasta rybna z pieczonej ryby L/N 50.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; szynka wieprzowa 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7)
6.8 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 2386.9 kcal B 130.4 g T 64.1 g W 337.5 g SFA 29.8 g Cukry 134.3 g Sól 10.2 g Błonnik 33.9 g	Pietruszka gotowany z olejem W 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) ser twarogowy chudy 70.00g; (7) dżem owocowy (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	banan 100.00g;	Pulpety drobiowo- wieprzowe 100.0g (1, 3) Sos brokułowy L/N 80.0g (1, 7) Zupa buraczkowa L/N 350.0g (9) Kompot owocowy 250.00g; kasza kuskus gotowana 200.00g; (1) kalafior gotowany W 150.00g; cukinia pieczona W 100.00g;		Pasta rybna z pieczonej ryby L/N 50.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; szynka wieprzowa 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	serek wiejski ziarnisty 200.00g; (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 - lubin i produkty pochodne, 14 -

Poniedziałek 2025-05-05

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
6.8 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2969.2 kcal B 122.7 g T 113.1 g W 388.3 g SFA 46.4 g Cukry 114.6 g Sól 11.8 g Błonnik 46.7 g	kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru 250.00g; (1, 7) Jogurt owocowy 150.00g; (7) ogórek 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) hummus klasyczny 50.00g; (11) szynka gotowana drobiowa 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	Budyń śmietankowy (b.słodz.) 150.0g (7) jablko 100.00g;	Zupa fasolowa P/C 350.0g (7, 9) Sos boloński W (b.pieprz.) 200.0g (9) Fasolka szparagowa zielona gotowana z olejem 100.0g Buraczki tarte gotowane L/N 150.0g Kompot owocowy 250.00g; makaron pszenny gotowany 200.00g; (1)	Podplomyki bez cukru 27.00g; (1, 3)	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; parówki z szynki 80.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) mozzarella 35.00g; (7) musztarda 10.00g; (10) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	sok wielowarzywny 300.00g; (9)
6.8 ostr Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLOWODANÓW Razem E: 2894.6 kcal B 128.5 g T 111.0 g W 370.6 g SFA 44.8 g Cukry 81.1 g Sól 10.1 g Błonnik 50.2 g	kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru 250.00g; (1, 7) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; hummus klasyczny 50.00g; (11) szynka gotowana drobiowa 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Budyń śmietankowy (b.słodz.) 150.0g (7) jablko 100.00g;	Zupa fasolowa P/C 350.0g (7, 9) Sos boloński W (b.pieprz.) 200.0g (9) Fasolka szparagowa zielona gotowana z olejem 100.0g Buraczki tarte gotowane L/N 150.0g Kompot owocowy 250.00g; makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany 200.00g; (1)	Podplomyki bez cukru 27.00g; (1, 3)	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; parówki z szynki 80.00g; mozzarella 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) musztarda 10.00g; (10)	Kanapka C z serem twarogowym oraz ogórkiem 125.0g (1, 7)
6.8 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2376.9 kcal B 110.5 g T 78.1 g W 327.8 g SFA 37.2 g Cukry 110.9 g Sól 9.9 g Błonnik 36.9 g	Marchew gotowana W 90.0g kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru 250.00g; (1, 7) Jogurt owocowy 150.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) szynka gotowana drobiowa 40.00g; serek kanapkowy śmietankowy mini 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	jablko pieczone 100.00g;	Warzywa gotowane bukiet W 100.0g Zupa z cukinii L/N 350.0g (7) Sos boloński W (b.pieprz.) 200.0g (9) Buraczki tarte gotowane L/N 149.9g Kompot owocowy 250.00g; makaron pszenny gotowany 200.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; szynka wieprzowa 50.00g; mozzarella 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	sok wielowarzywny 300.00g; (9)
6.8 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 2376.9 kcal B 110.5 g T 78.1 g W 327.8 g SFA 37.2 g Cukry 110.9 g Sól 9.9 g Błonnik 36.9 g	Marchew gotowana W 90.0g kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru 250.00g; (1, 7) Jogurt owocowy 150.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) szynka gotowana drobiowa 40.00g; serek kanapkowy śmietankowy mini 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	jablko pieczone 100.00g;	Zupa z cukinii L/N 350.0g (7) Sos boloński W (b.pieprz.) 200.0g (9) Warzywa gotowane bukiet W 100.0g Buraczki tarte gotowane L/N 150.0g Kompot owocowy 250.00g; makaron pszenny gotowany 200.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; szynka wieprzowa 50.00g; mozzarella 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	sok wielowarzywny 300.00g; (9)

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 - lubin i produkty pochodne, 14 -

Wtorek 2025-05-06

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
6.8 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2781.4 kcal B 123.1 g T 76.3 g W 429.4 g SFA 28.2 g Cukry 153.5 g Sól 8.2 g Błonnik 31.8 g	Pasta twarogowo- koperkowa L/N 50.0g (7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; jaja gotowane (1szt.por.) 50.00g; (3) chleb graham 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) majonez 10.00g; (3, 10) cukier, biały 5.00g;	galaretka owocowa, na wodzie 150.00g; banan 100.00g;	Zupa krupnik W 350.0g (1, 6, 9) Pieczeń z szynki (szt. mięsa) 100.0g Sos potrawkowy P/L/N 80.0g (1, 7, 9) Surówka wielowarzywna P/C 150.0g (3, 10) Koktajl truskawkowy W 250.0g (7) Kompot owocowy 250.00g; kopytka (bez okrasy) 200.00g; (1, 3)	herbatniki 30.00g; (1, 6, 7)	Ryż z sosem szpinakowym z pieczonym kurczakiem P/L/N 300.0g (7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; cukier, biały 5.00g;	Kanapka P chleb pszenny z wedliną, masłem i sałatą 115.0g (1, 7)
6.8 ostr Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLOWODANÓW Razem E: 2399.0 kcal B 115.4 g T 73.4 g W 338.3 g SFA 27.7 g Cukry 96.2 g Sól 9.2 g Błonnik 41.4 g	Pasta twarogowo- koperkowa L/N 50.0g (7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; jaja gotowane (1szt.por.) 50.00g; (3) bulki grahamki 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) majonez 10.00g; (3, 10)	kefir, 2% tłuszczu 150.00g; (7) kiwi 100.00g;	Zupa krupnik W 350.0g (1, 6, 9) Pieczeń z szynki (szt. mięsa) 100.0g Sos potrawkowy C 80.0g (1, 7, 9) Koktajl truskawkowy W (b.słodz.) 250.0g (7) Surówka wielowarzywna P/C 150.0g (3, 10) Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;	wafle ryżowe wieloziarniste 30.00g; (11)	Ryż brązowy z sosem szpinakowym z pieczonym kurczakiem C 300.0g (7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g;	Kanapka C chleb graham z wedliną, masłem i pomidorem 115.0g (1, 7)
6.8 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2323.0 kcal B 116.8 g T 51.0 g W 374.7 g SFA 25.4 g Cukry 116.0 g Sól 7.9 g Błonnik 28.8 g	Pasta twarogowo- koperkowa L/N 50.0g (7) Brokuły gotowane W 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) kajzerki 50.00g; (1) jaja gotowane (1szt.por.) 50.00g; (3) chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	banan 100.00g;	Zupa krupnik W 350.0g (1, 6, 9) Pieczeń z szynki (szt. mięsa) 100.0g Sos potrawkowy P/L/N 80.0g (1, 7, 9) Koktajl truskawkowy W 250.0g (7) Kompot owocowy 250.00g; kopytka (bez okrasy) 200.00g; (1, 3) cukinia pieczona W 150.00g;		Ryż z sosem szpinakowym z pieczonym kurczakiem P/L/N 300.0g (7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; cukier, biały 5.00g;	Kanapka P chleb pszenny z wedliną, masłem i sałatą 90.0g (1, 7)
6.8 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 2302.2 kcal B 117.9 g T 48.4 g W 374.4 g SFA 24.5 g Cukry 116.0 g Sól 8.6 g Błonnik 28.8 g	Pasta twarogowo- koperkowa L/N 50.0g (7) Brokuły gotowane W 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) kajzerki 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) szynka staropolska 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	banan 100.00g;	Zupa krupnik W 350.0g (1, 6, 9) Pieczeń z szynki (szt. mięsa) 100.0g Sos potrawkowy P/L/N 80.0g (1, 7, 9) Koktajl truskawkowy W 250.0g (7) Kompot owocowy 250.00g; kopytka (bez okrasy) 200.00g; (1, 3) cukinia pieczona W 150.00g;		Ryż z sosem szpinakowym z pieczonym kurczakiem P/L/N 300.0g (7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; cukier, biały 5.00g;	Kanapka P chleb pszenny z wedliną, masłem i sałatą 90.0g (1, 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 - lubin i produkty pochodne, 14 -

Środa 2025-05-07

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
6.8 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2655.0 kcal B 120.1 g T 93.1 g W 353.4 g SFA 36.4 g Cukry 129.8 g Sól 13.5 g Błonnik 42.1 g	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; pasztet pieczony P/C 70.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) serek kanapkowy śmietankowy mini 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	Budyń śmietankowy (b.słodz.) 150.0g (7) mandarynki 100.00g;	Zupa ogórkowa P/C 350.0g (7, 9) Marchew gotowana W 100.0g sos szpinakowo - serowy P/C 80.0g (1, 7) Surówka z kiszonej kapusty P/C 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; filety z kurczaka pieczone 100.00g;	Mus warzywno- owocowy W 100.0g	Salatka jarzynowa tradycyjna 200.0g (3, 7, 9, 10) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) szynka biała (drobiowa) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	Jogurt pitny z płatkami owsianymi owocowy produkt 250.00g; (1, 7)
6.8 ostr Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLOWODANÓW Razem E: 2548.0 kcal B 117.4 g T 95.8 g W 325.9 g SFA 35.6 g Cukry 92.5 g Sól 15.2 g Błonnik 44.1 g	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb graham 100.00g; (1) ogórek kiszony 90.00g; pasztet pieczony P/C 70.00g; serek kanapkowy śmietankowy mini 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Budyń śmietankowy (b.słodz.) 150.0g (7) mandarynki 100.00g;	Zupa ogórkowa P/C 350.0g (7, 9) sos szpinakowo - serowy P/C 80.0g (1, 7) Dynia duszona z olejem W 100.0g Surówka z kiszonej kapusty P/C 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; filety z kurczaka pieczone 100.00g;	Mus warzywno- owocowy W 100.0g	Salatka jarzynowa tradycyjna 200.0g (3, 7, 9, 10) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; szynka biała (drobiowa) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka C chleb graham z serem, masłem i sałatą 80.0g (1, 7)
6.8 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2314.6 kcal B 99.9 g T 60.0 g W 361.5 g SFA 27.2 g Cukry 124.4 g Sól 8.3 g Błonnik 33.5 g	Pasta drobiowa z warzywami na oleju L/N 70.0g (9) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) kalafior gotowany W 90.00g; serek kanapkowy śmietankowy mini 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	banan 100.00g;	Sos bazyliowy L/N 80.0g (1, 7) Marchew gotowana W 150.0g Zupa koperkowa L/N 350.0g (1, 6, 7, 9) Dynia duszona z olejem W 100.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; filety z kurczaka pieczone 100.00g;		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; szynka biała (drobiowa) 50.00g; miód pszczeli (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	Jogurt pitny z płatkami owsianymi owocowy produkt 250.00g; (1, 7)
6.8 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 2314.6 kcal B 99.9 g T 60.0 g W 361.5 g SFA 27.2 g Cukry 124.4 g Sól 8.3 g Błonnik 33.5 g	Pasta drobiowa z warzywami na oleju L/N 70.0g (9) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) kalafior gotowany W 90.00g; serek kanapkowy śmietankowy mini 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	banan 100.00g;	Sos bazyliowy L/N 80.0g (1, 7) Marchew gotowana W 150.0g Zupa koperkowa L/N 350.0g (1, 6, 7, 9) Dynia duszona z olejem W 100.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; filety z kurczaka pieczone 100.00g;		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; szynka biała (drobiowa) 50.00g; miód pszczeli (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	Jogurt pitny z płatkami owsianymi owocowy produkt 250.00g; (1, 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 - lubin i produkty pochodne, 14 -

Czwartek 2025-05-08	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
6.8 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2853.3 kcal B 156.0 g T 86.0 g W 386.1 g SFA 42.7 g Cukry 145.0 g Sól 8.5 g Błonnik 31.8 g	Kakao tradycyjne P/L 250.00g; (7) Jogurt owocowy 150.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) bułki grahamki 50.00g; (1) szynka gotowana wieprzowa 40.00g; ricotta 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	Kisiel owocowy 150.0g jabłko 100.00g;	Zupa dyniowa L/N 350.0g (7, 9) Gulasz wieprzowy w sosie pieczeniowym P/L/N (b.pieprz.) 200.0g (1, 7, 9) Buraczki tarte gotowane L/N 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ryż biały, gotowany 200.00g; serek homogenizowany waniliowy 150.00g; (7)	sucharki 30.00g; (1)	Jajecznica z 2 jaj P/C/L 120.0g (3, 7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; ogórek 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) mozzarella 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	Skyr naturalny 140.00g; (7)
6.8 ostr Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLOWODANÓW Razem E: 2599.7 kcal B 124.3 g T 86.3 g W 355.8 g SFA 38.8 g Cukry 122.6 g Sól 9.7 g Błonnik 46.5 g	Kakao tradycyjne P/L 250.00g; (7) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; bułki grahamki 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) szynka gotowana wieprzowa 40.00g; ricotta 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kisiel owocowy bez cukru 150.0g jabłko 100.00g;	Zupa dyniowa L/N 350.0g (7, 9) Gulasz wieprzowy w sosie pieczeniowym C 200.0g (1, 7, 9) Surówka z marchewki i jabłka P/C 150.0g (3, 10) Kompot owocowy 250.00g; ryż brązowy gotowany 200.00g; kefir, 2% tłuszczu 150.00g; (7)	sok pomidorowy 300.00g;	Jajecznica z 2 jaj P/C/L 120.0g (3, 7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; mozzarella 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka C chleb graham z serem twarogowym oraz roszponka 100.0g (1, 7)
6.8 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2674.2 kcal B 150.2 g T 80.4 g W 353.4 g SFA 40.3 g Cukry 139.4 g Sól 7.2 g Błonnik 25.5 g	Kakao tradycyjne P/L 250.00g; (7) Jogurt owocowy 150.00g; (7) cukinia pieczona W 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) szynka gotowana wieprzowa 40.00g; ricotta 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	jabłko pieczone 100.00g;	Buraczki tarte gotowane L/N 150.0g Zupa dyniowa L/N 350.0g (7, 9) Gulasz wieprzowy w sosie pieczeniowym P/L/N (b.pieprz.) 200.0g (1, 7, 9) Kompot owocowy 250.00g; ryż biały, gotowany 200.00g; serek homogenizowany waniliowy 150.00g; (7)		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jaja gotowane (2szt.por.) 100.00g; (3) kalafior gotowany W 90.00g; mozzarella 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	Skyr naturalny 140.00g; (7)
6.8 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 2675.5 kcal B 146.8 g T 82.0 g W 353.7 g SFA 38.1 g Cukry 139.4 g Sól 8.4 g Błonnik 25.7 g	Kakao tradycyjne P/L 250.00g; (7) Jogurt owocowy 150.00g; (7) cukinia pieczona W 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) szynka gotowana wieprzowa 40.00g; ricotta 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	jabłko pieczone 100.00g;	Buraczki tarte gotowane L/N 150.0g Zupa dyniowa L/N 350.0g (7, 9) Gulasz wieprzowy w sosie pieczeniowym P/L/N (b.pieprz.) 200.0g (1, 7, 9) Kompot owocowy 250.00g; ryż biały, gotowany 200.00g; serek homogenizowany waniliowy 150.00g; (7)		Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju L/N (b.pieprz.) 100.0g (3) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) kalafior gotowany W 90.00g; mozzarella 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	Skyr naturalny 140.00g; (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 - lubin i produkty pochodne, 14 -

Piątek 2025-05-09

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
6.8 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2504.8 kcal B 123.1 g T 74.2 g W 353.9 g SFA 32.9 g Cukry 123.4 g Sól 9.9 g Błonnik 38.5 g	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) rzodkiewka 90.00g; ser twarogowy chudy 70.00g; (7) chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) miód pszczeli (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	Mus warzywno- owocowy W 100.0g banan 100.00g;	Zupa jarzynowa P/C 350.0g (7, 9) Pulpety rybne (b.pieprz.) (dorsz, łosoś) 100.0g (3, 4) Sos pomidorowy P/L/N 80.0g (1, 7, 9) Surówka z czerwonej kapusty P/C 150.0g (3, 10) Brokuły gotowane W 100.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;	wafle ryżowe wieloziałiste 30.00g; (11)	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) Polędwica drobiowa 50.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7)
6.8 ostr Z OGR ŁATW PRZYSW WĘGLOWODANÓW Razem E: 2250.3 kcal B 109.2 g T 69.3 g W 319.9 g SFA 28.2 g Cukry 83.0 g Sól 10.0 g Błonnik 47.4 g	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150.00g; (7) chleb graham 100.00g; (1) rzodkiewka 90.00g; ser twarogowy chudy 50.00g; (7) szynka szwagra 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Mus warzywno- owocowy W 100.0g kiwi 100.00g;	Zupa jarzynowa P/C 350.0g (7, 9) Pulpety rybne (b.pieprz.) (dorsz, łosoś) 100.0g (3, 4) Sos pomidorowy C 80.0g (1, 7, 9) Surówka z czerwonej kapusty P/C 150.0g (3, 10) Brokuły gotowane W 100.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;	wafle ryżowe wieloziałiste 30.00g; (11)	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; Polędwica drobiowa 50.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka C chleb razowy, masło, wędlina, roszponka 105.0g (1, 7)
6.8 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2227.3 kcal B 117.6 g T 56.8 g W 326.6 g SFA 29.5 g Cukry 115.0 g Sól 9.3 g Błonnik 31.6 g	Marchew gotowana W 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) ser twarogowy chudy 70.00g; (7) miód pszczeli (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	banan 100.00g;	Zupa jarzynowa L/N 350.0g (7, 9) Pulpety rybne (b.pieprz.) (dorsz, łosoś) 100.0g (3, 4) Sos pomidorowy P/L/N 80.0g (1, 7, 9) Brokuły gotowane W 100.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; kalafior gotowany W 150.00g;		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; Polędwica drobiowa 50.00g; ricotta 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7)
6.8 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 2227.3 kcal B 117.6 g T 56.8 g W 326.6 g SFA 29.5 g Cukry 115.0 g Sól 9.3 g Błonnik 31.6 g	Marchew gotowana W 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 150.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) ser twarogowy chudy 70.00g; (7) miód pszczeli (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	banan 100.00g;	Zupa jarzynowa L/N 350.0g (7, 9) Pulpety rybne (b.pieprz.) (dorsz, łosoś) 100.0g (3, 4) Sos pomidorowy P/L/N 80.0g (1, 7, 9) Brokuły gotowane W 100.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; kalafior gotowany W 150.00g;		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; Polędwica drobiowa 50.00g; ricotta 35.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	serek wiejski ziarnisty 200.00g; (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 - lubin i produkty pochodne, 14 -