

	wtorek 2026-04-21	środa 2026-04-22	czwartek 2026-04-23	piątek 2026-04-24	sobota 2026-04-25	niedziela 2026-04-26	poniedziałek 2026-04-27
Śniadanie	<p>Płatki jaglane na mleku z dodatkami 386g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Brzoskwinia, Płatki jaglane, Masło orzechowe (orzeszki ziemne, orzechy), Cukier</p> <p>Bułka grahamka 45g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Masło roślinne MR 10g</p> <p>Szynka z indyka 30g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Rzodkiewka 15g</p>	<p>Chleb żytni razowy 140g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Szynka z indyka 60g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Pasta Jajeczna 109g Składniki: Jaja kurze całe (jaja), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Szczypiorek</p> <p>Herbata owocowa 200g</p> <p>Pomidor 160g</p> <p>Salata 20g</p> <p>Miód pszczeli 12g</p>	<p>Kanapki z szynką, pomidorem i sadzonymi jajkami 470g Składniki: Jaja kurze całe (jaja), Pomidor, Chleb żytni razowy (gluten), Szynka z indyka (gluten, mleko, soja, seler), Olej rzepakowy</p> <p>Herbata owocowa 200g</p> <p>Jabłko 160g</p>	<p>Owsianka z masłem orzechowym i bananem 366g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Banan, Płatki owsiane (gluten), Masło orzechowe (orzeszki ziemne, orzechy), Cukier</p> <p>Chleb żytni razowy 70g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Masło roślinne MR 10g</p> <p>Szynka z indyka 30g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Ogórek świeży (długi) 60g</p>	<p>Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 102g Składniki: Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (mleko), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Pomidory suszone, Czosnek, Papryka w proszku</p> <p>Bułka grahamka 120g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Szynka z indyka 60g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Masło roślinne MR 22g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 200g</p>	<p>Parówki z bułką, masłem i ogórkiem 320g Składniki: Bułka żytnia (gluten), Parówki z kurczaka (gluten, mleko, soja, seler, gorczyc a), Ogórek świeży (długi), Masło roślinne MR</p> <p>Gruszka 135g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 200g</p>	<p>Kanapki z serkiem śmietankowym, szynką i warzywami 435g Składniki: Pomidor, Chleb żytni razowy (gluten), Poledwica z piersi kurczaka (gluten, mleko, soja, seler), Serek śmietankowy, naturalny (mleko), Sałata, Masło roślinne MR</p> <p>Jabłko 160g</p>
Zupa	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 431g Składniki: Kości, wywar, Pomidor, Makaron czterojajeczny (gluten, jaja), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Koncentrat pomidorowy, 30%, Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu (mleko), Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>	<p>Żurek biały z jajkiem 509g Składniki: Kości, wywar, Ziemiaki, średnio, Jaja kurze całe (jaja), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Kielbasa biała surowa, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Śmietana, 12% tłuszczu (mleko), Czosnek, Majeranek suszony, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe</p>	<p>Zupa kalafiorowa z makaronem 465g Składniki: Kości, wywar, Kalafior, Makaron dwujajeczny (gluten, jaja), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Skrzydło kurczaka, Śmietana, 12% tłuszczu (mleko), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Sól biała, Ziele angielskie całe</p>	<p>Zupa szczawiowa z jajkiem 510g Składniki: Kości, wywar, Ziemiaki, średnio, Udo z kurczaka, ze skórą i kością, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Szczaw, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Śmietana, 12% tłuszczu (mleko), Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Sól biała, Ziele angielskie całe</p>	<p>Zupa pieczarkowa 472g Składniki: Kości, wywar, Ziemiaki, średnio, Udo z kurczaka, ze skórą i kością, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Pieczarki, świeże, Śmietana, 12% tłuszczu (mleko), Olej rzepakowy, Cebula, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Ziele angielskie całe</p>	<p>Zupa z brukselką 519g Składniki: Kości, wywar, Ziemiaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Brukselka, Mięso z podudzia indyka, ze skórą, Śmietana, 12% tłuszczu (mleko), Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Sól biała, Ziele angielskie całe</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 445g Składniki: Kości, wywar, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Ryż biały, Pomidor, Wieprzowina, łopatka, Śmietana, 12% tłuszczu (mleko), Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe</p>

	wtorek 2026-04-21	środa 2026-04-22	czwartek 2026-04-23	piątek 2026-04-24	sobota 2026-04-25	niedziela 2026-04-26	poniedziałek 2026-04-27
Drugie danie	<p>Kompot z jagód 227g Składniki: Woda, Jagody leśne (czarne jagody), mrożone, Cukier</p> <p>Udka pieczone 221g Składniki: Udo z kurczaka, ze skórą i kością, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Czosnek, Olej rzepakowy, Oregano suszone, Papryka w proszku, Pieprz czarny, Sól biała, Tymianek suszony</p> <p>Kasza gryczana 80g</p>	<p>Kotlety mielone duszone 183g Składniki: Wieprzowina, łopatka, Jaja kurze całe (jaja), Bułka tarta (gluten), Olej rzepakowy, Jabłko, Pieprz czarny, Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</p> <p>Ryż biały 80g</p> <p>Surówka marchew-jabłko 113g Składniki: Marchew, Jabłko, Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</p>	<p>Gulasz wieprzowy gotowany 328g Składniki: Papryka czerwona, Wieprzowina, łopatka, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Cebula, Śmietana, 12% tłuszczu (mleko), Olej rzepakowy, Mąka ziemniaczana, Papryka w proszku, Sól biała</p> <p>Kasza gryczana 80g</p> <p>Kompot z jabłek 200g Składniki: Woda, Jabłko, Cukier</p>	<p>Spaghetti bolognese 296g Składniki: Makaron spaghetti (gluten,jaja), Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, Ser żółty (mleko), Cebula, Olej rzepakowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Oregano suszone, Pieprz czarny, Sól biała</p> <p>Kompot truskawkowy 201g Składniki: Woda, Truskawki, Cukier</p>	<p>Gotowane gołąbki 377g Składniki: Kapusta biała, Wieprzowina, łopatka, Koncentrat pomidorowy, 30%, Ryż biały, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (gluten), Pieprz czarny</p> <p>Masło roślinne MR 14g</p> <p>Ziemniaki, średnio 200g</p>	<p>Zraz wieprzowy duszony 139g Składniki: Wieprzowina, schab surowy bez kości, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (gluten), Papryka w proszku, Sól biała</p> <p>Jabłko 80g</p> <p>Marchew 50g</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 25g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Majonez z olejem rzepakowym 10g (Jaja i produkty pochodne)</p> <p>Kasza bulgur (pszenica) 80g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Kompot z jabłek (żywni zbiorowe) 193g Składniki: Woda, Jabłko, Cukier</p>	<p>Karkówka duszona w sosie z warzywami 502g Składniki: Woda, Papryka czerwona, Cukinia, Wieprzowina, karkówka, Mąka pszenna, typ 500 (gluten), Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny, Sól biała, Liście laurowe, suszone</p> <p>Kasza gryczana 80g</p>
Kolacja	<p>Kanapki z jajkiem na twardo i warzywami 443g Składniki: Pomidor, Chleb żytni razowy (gluten), Jaja kurze całe (jaja), Sałata, Masło roślinne MR, Szczypiorek</p> <p>Kompot z owoców mieszanych (żywni zbiorowe) 200g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier</p>	<p>Naleśniki z serem i bananem 390g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Banan, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (mleko), Mąka pszenna, typ 500 (gluten), Jaja kurze całe (jaja), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Olej rzepakowy, Cukier</p>	<p>Placki z jabłkami 376g Składniki: Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Mąka orkiszowa jasna (gluten), Jabłko, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Jaja kurze całe (jaja), Olej rzepakowy, Cukier puder, Proszek do pieczenia (gluten), Soda</p>	<p>Pasta z tuńczyka z jajkiem 138g Składniki: Jaja kurze całe (jaja), Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (ryby), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Cebula czerwona, Olej rzepakowy</p> <p>Masło roślinne MR 12g</p> <p>Bułka kajzerka 120g (Zboża zawierające gluten)</p>	<p>Zapiekana ryżowa z jabłkami 596g Składniki: Mleko bez laktozy, 2% tłuszczu (mleko), Jabłko, Jogurt typu greckiego (mleko), Płatki ryżowe, błyskawiczne, Masło roślinne MR, Cukier</p>	<p>Domowa pizza z pieczarkami i papryką 381g Składniki: Mąka pszenna, typ 500 (gluten), Papryka czerwona, Woda, Szynka delikatesowa z kurczaka (gluten,mleko,soja,seler), Ser Mozzarella, tarty (mleko), Pieczarki, świeże, Passata - przetarte pomidory, Drożdże piekarskie, prasowane, Olej rzepakowy</p> <p>Kompot z jabłek (żywni zbiorowe) 200g Składniki: Woda, Jabłko, Cukier</p>	<p>Zapiekanki z masłem czosnkowym i serem mozzarella 320g Składniki: Bułka pszenna zwykła (gluten), Pomidor, Ser Mozzarella light, w zalewie (mleko), Masło roślinne MR, Czosnek, Bazylia, suszona</p>
Suma	E: 2345.78 B: 105.7 , T: 90.77 , W: 296.46 , Błonnik [g]: 36.1 , Cukier [g]: 60.07 , Sód [mg]: 1919.07 , Kwasy tł. nas. [g]: 25.21 ,	E: 2341.63 B: 109.07 , T: 91.99 , W: 284.05 , Błonnik [g]: 27.62 , Cukier [g]: 48.35 , Sód [mg]: 2132.32 , Kwasy tł. nas. [g]: 26.06 ,	E: 2306.08 B: 107.14 , T: 88.89 , W: 289.46 , Błonnik [g]: 39.91 , Cukier [g]: 74.47 , Sód [mg]: 1945.6 , Kwasy tł. nas. [g]: 19.21 ,	E: 2338.05 B: 102.57 , T: 88.72 , W: 295.37 , Błonnik [g]: 23.67 , Cukier [g]: 55.81 , Sód [mg]: 2197.92 , Kwasy tł. nas. [g]: 24.5 ,	E: 2236.35 B: 101.65 , T: 82.63 , W: 285.4 , Błonnik [g]: 27.41 , Cukier [g]: 68.3 , Sód [mg]: 1551.65 , Kwasy tł. nas. [g]: 27.45 ,	E: 2297.07 B: 101.65 , T: 89.28 , W: 293.74 , Błonnik [g]: 38.63 , Cukier [g]: 62.62 , Sód [mg]: 1786.49 , Kwasy tł. nas. [g]: 24.28 ,	E: 2311.18 B: 97.63 , T: 85.82 , W: 304.72 , Błonnik [g]: 34.3 , Cukier [g]: 43.24 , Sód [mg]: 2464.19 , Kwasy tł. nas. [g]: 31.38 ,

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 05-Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 08-Orzechy, 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne

	wtorek 2026-04-28	środa 2026-04-29	czwartek 2026-04-30
Śniadanie	<p>Bułka <u>żytnia</u> 80g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło roślinne MR 15g</p> <p>Szynka parzona 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łączenie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Pomidor 160g</p> <p>Herbata owocowa 200g</p> <p>Banan 65g</p> <p>Płatki kukurydziane z mlekiem 375g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Płatki kukurydziane</p>	<p>Jajecznica z dodatkami 207g Składniki: <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Kielbasa zwyczajna, Olej rzepakowy, Bazylia, suszona</p> <p>Chleb <u>żytni</u> razowy 105g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Gruszką 135g</p> <p>Herbata owocowa 200g</p>	<p>Kanapki z twarogiem i dżemem 300g Składniki: <u>Bułka grahamka (gluten)</u>, <u>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (mleko)</u>, Dżem 100% z owoców czarna porzeczka, Masło roślinne MR</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 200g</p>
Zupa	<p>Barszcz czerwony 525g Składniki: Kości, wywar, Buraki, Ziemniaki, średnio, Kura, tuszka, <u>Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</u>, Marchew, Olej rzepakowy, <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Pietruszka, korzeń, Czosnek, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>	<p>Rosół z makaronem 399g Składniki: Kości, wywar, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u>, <u>Makaron dwujajeczny (gluten,jaja)</u>, Skrzydło kurczaka, Olej rzepakowy, Kurkuma mielona, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała</p>	<p>Zupa grochowa 406g Składniki: Kości, wywar, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u>, Groch, nasiona suche, Wieprzowina, żeberka, <u>Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</u>, Olej rzepakowy, Cukier, Liście laurowe, suszone, Sól biała, Ziele angielskie całe</p>

	wtorek 2026-04-28	środa 2026-04-29	czwartek 2026-04-30
Drugie danie	<p>Ryż biały 90g</p> <p>Kompot porzeczkowy 200g Składniki: Woda, Porzeczki czerwone, Cukier</p> <p>Duszony łośoś z pomidorem i szpinakiem 246g Składniki: Łosoś, świeży (ryby), Pomidor, Szpinak, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny, Sól biała</p>	<p>Dorsz panierowany smażony 160g Składniki: Dorsz, świeży, filety bez skóry (ryby), Jaja kurze całe (jaja), Bułka tarta (gluten), Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (gluten), Papryka w proszku, Sól biała</p> <p>Masło roślinne MR 5g</p> <p>Kasza jaglana 80g</p> <p>Kapusta zasmażana (żywienie zbiorowe) 146g Składniki: Kapusta kiszona, Cebula, Marchew, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>	<p>Kotlety schabowe z piersi kurczaka smażone 149g Składniki: Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (jaja), Bułka tarta (gluten), Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (gluten), Sól biała</p> <p>Mizeria 135g Składniki: Ogórek świeży (długi), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Śmietana, 12% tłuszczu (mleko), Pieprz czarny</p> <p>Kasza kuskus 80g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Olej rzepakowy 10g</p>
Kolacja	<p>Makaron z duszonym kurczakiem i szpinakiem 288g Składniki: Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Makaron bezjajeczny (gluten), Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu (mleko), Olej rzepakowy</p>	<p>Kasza manna z owocami 565g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Banan, Kasza manna (gluten), Owoce leśne z porzeczkami, mrożone, Masło roślinne MR, Cukier</p>	<p>Kanapki z pasztetem 295g Składniki: Bułka żytnia (gluten), Pasztet z kurczaka pieczony (gluten, mleko, soja, seler), Ogórek kwaszony, Sałata, Masło roślinne MR</p> <p>Herbata owocowa 200g</p>
Suma	<p>E: 2378.19 B: 101.95, T: 94.74, W: 294.67, Błonnik [g]: 26.38, Cukier [g]: 63.06, Sód [mg]: 1239.61, Kwasy tł. nas. [g]: 21.17,</p>	<p>E: 2283.13 B: 102.18, T: 87.77, W: 284.64, Błonnik [g]: 28.29, Cukier [g]: 60.44, Sód [mg]: 2056.51, Kwasy tł. nas. [g]: 21.98,</p>	<p>E: 2368.02 B: 108.45, T: 95.25, W: 281.28, Błonnik [g]: 32.05, Cukier [g]: 36.76, Sód [mg]: 2226.01, Kwasy tł. nas. [g]: 26.88,</p>

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne