

**WTOREK 23.06.2026**

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
<b>Śniadanie</b>	Zupa mleczna z kaszką (1,7) kawa zbożowa /herbata (1,7) Chleb zwykły (1.) Masło(7) Pasta jajeczna (3,7) Szynka gotowana(6,9) Mix sałat pomidor, ogórek, oliwa, koperek ,	250 250 100 15 60 30 100	Zupa mleczna z kaszką (1,7) kawa zbożowa /herbata (1,7) Chleb pszenny (1.) Masło(7) Pasta twarogowa (3,7.) Szynka gotowana(6,9) Mix sałat pomidor, ogórek oliwa, koperek ,	250 250 100 15 60 30 100	Zupa mleczna z kaszką (1,7) kawa zbożowa /herbata (1,7) Chleb razowy (1,6,11) Masło(7) Pasta jajeczna (3,7) Szynka gotowana(6,9) Mix sałat pomidor, ogórek, oliwa, koperek ,	250 250 100 15 60 30 100
<b>II Śniadanie</b>			<b>Nektarynka</b>	<b>150</b>	<b>Kefir (7)</b>	<b>200</b>
<b>Obiad</b>	Zupa koperkowa z ryżem G (1,7,9) Pierogi z mięsem okraszone cebulą, (1,3,7) Surówka z kapusty kiszanej	300 350 100	Zupa koperkowa z ryżem G (1,7,9) Pierogi z mięsem (1,3,7.) Surówka z marchewki	300 350 100	Zupa koperkowa z ryżem G (1,7,9) Pierogi z mięsem okraszone cebulą, (1,3,7) Surówka z kapusty kiszanej	300 350 100
<b>Podwieczorek</b>			<b>Herbatniki (1)</b>	<b>40</b>	<b>Pomidorki koktajlowe</b>	<b>100</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Mix sałat z tuńczykiem, i pomidorkami koktajlowymi Schab pieczony (6)	250 100 35 15 150 30	herbata Chleb pszenny Masło(7) Mix sałat z tuńczykiem, i pomidorkami koktajlowymi Schab pieczony (6)	250 100 35 15 150 30	herbata Chleb razowy Masło(7) Mix sałat z tuńczykiem, i pomidorkami koktajlowymi Schab pieczony (6)	250 100 35 15 150 30
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2598</b> <b>BIAŁKO: 113g</b> <b>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 327g w tym cukry 14g</b> <b>Sól 3g,Błonnik 30</b>		<b>KCAL: 3030</b> <b>BIAŁKO: 126g</b> <b>TŁUSZCZ:128g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 358g w tym cukry 23g</b> <b>Sól 3 g,Błonnik 45</b>		<b>Kcal : 2499</b> <b>TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 51g</b> <b>BIAŁKO: 112g</b> <b>Węglowodany 345g w tym cukry 21g</b> <b>Sól 2,3g,Błonnik 39</b>	
	<b>Dieta ciążowa/matki karmiące</b>		<b>Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)</b>		<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>	
<b>Śniadanie</b>	Zupa mleczna z kaszką (1,7) kawa zbożowa /herbata (1,7) Chleb zwykły (1.) Masło(7) Pasta jajeczna (3,7) Szynka gotowana(6,9) Mix sałat pomidor, ogórek, oliwa, koperek ,	250 250 100 15 60 30 100	Zupa mleczna z kaszką (1,7) kawa zbożowa /herbata (1,7) Chleb pszenny (1.) Masło(7) Pasta twarogowa (3,7.) Szynka gotowana(6,9) Mix sałat pomidor, ogórek oliwa, koperek ,	250 250 100 15 60 30 100	Zupa mleczna z kaszką (1,7) kawa zbożowa /herbata (1,7) Chleb zwykły (1.) Masło(7) Pasta jajeczna (3,7) Szynka gotowana(6,9) Mix sałat pomidor, ogórek, oliwa, koperek ,	250 250 100 15 60 30 100
<b>II Śniadanie</b>	<b>Nektarynka</b>	<b>150</b>	<b>Nektarynka</b>	<b>150</b>	<b>Nektarynka</b>	<b>150</b>
<b>Obiad</b>	Zupa koperkowa z ryżem G (1,7,9) Pierogi z mięsem (1,3,7.) Surówka z marchewki	300 350 100	Zupa koperkowa z ryżem G (1,7,9) Pierogi z mięsem (1,3,7.) Surówka z marchewki	300 350 100	Zupa koperkowa z ryżem G (1,7,9) Pierogi z mięsem okraszone cebulą, (1,3,7) Surówka z kapusty kiszanej	300 350 100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Herbatniki (1)</b>	<b>40</b>	<b>Herbatniki (1)</b>	<b>40</b>	<b>Herbatniki (1)</b>	<b>40</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Mix sałat z tuńczykiem, i pomidorkami koktajlowymi Schab pieczony (6)	250 100 35 15 150 30	herbata Chleb pszenny Masło(7) Mix sałat z tuńczykiem, i pomidorkami koktajlowymi Schab pieczony (6)	250 100 35 15 150 30	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Mix sałat z tuńczykiem, i pomidorkami koktajlowymi Schab pieczony (6)	250 100 35 15 150 30
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 3007</b> <b>BIAŁKO: 109g</b> <b>TŁUSZCZ:133g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 363g w tym cukry 22g</b> <b>Sól 3g,Błonnik 35</b>		<b>KCAL: 3030</b> <b>BIAŁKO: 126g</b> <b>TŁUSZCZ:128g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 358g w tym cukry 23g</b> <b>Sól 3g,Błonnik 45</b>		<b>KCAL: 3007</b> <b>BIAŁKO: 109g</b> <b>TŁUSZCZ:133g, w tym NKT 49g</b> <b>Węglowodany 363g w tym cukry 22g</b> <b>Sól3g,Błonnik 35</b>	

**ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:**

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe)  
6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochod.  
11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie ,G – gotowanie, D – duszenie ,S – smażenie

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
<b>Śniadanie</b>	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Serek topiony (7) Szynka drobiowa(6,9) Mix sałat, pomidor, kukurydza, oliwa z oliwek, szczypiorek,	250 250 100 15 50 30 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Serek homogenizowany (7) Szynka drobiowa(6,9) Mix sałat, pomidor, kukurydza, oliwa z oliwek, szczypiorek,	250 250 100 15 50 30 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb razowy (1,7) Masło(7) Serek topiony (7) Szynka drobiowa(6,9) Mix sałat, pomidor, kukurydza, oliwa z oliwek, szczypiorek,	250 250 100 15 50 30 100
<b>II Śniadanie</b>			<b>Banan</b>	<b>150</b>	<b>Sok pomidorowy</b>	<b>300</b>
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Obiad</b>	Zupa jarzynowa (1,7,9) G Stek z cebulą D Ziemniaki Sałata z jogurtem (7)	300 150 200 100	Zupa jarzynowa (1,7,9) G Szynka gotowana w sosie własnym Ziemniaki Sałata z jogurtem (7)	300 150 200 100	Zupa jarzynowa (1,7,9) G Stek z cebulą D Ziemniaki Sałata z jogurtem G (7)	300 150 200 100
<b>Podwieczorek</b>			<b>Jogurt owocowy (7)</b>	<b>100</b>	<b>Jogurt naturalny (7)</b>	<b>100</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Galantyna drobiowa (6) Ser żółty (7) Papryka ,ogórek kiszony	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny(1,7) Masło(7) Galantyna drobiowa (6) Szynka drobiowa (6,9) Papryka, pomidor	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb razowy Masło(7) Galantyna drobiowa (6) Ser żółty (7) Papryka ,ogórek kiszony	250 100 15 60 30 50
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2114 BIAŁKO: 103g TŁUSZCZ;113g, w tym NKT 50g Węglowodany 229g w tym cukry 11g Sól 3,8g,Błonnik 29g</b>		<b>KCAL: 2674 BIAŁKO: 123g TŁUSZCZ;103g, w tym NKT 41g Węglowodany 306g w tym cukry 20g Sól 3,8g,Błonnik 39g</b>		<b>KCAL: 2685 BIAŁKO: 131g TŁUSZCZ;114g, w tym NKT 51g Węglowodany 351g w tym cukry 12g Sól 3,8g,Błonnik 49</b>	
	<b>Dieta ciążowa/matki karmiące</b>		<b>Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)</b>		<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>	
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Śniadanie</b>	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Ser topiony (7) Szynka drobiowa (6,9) Papryka Mix sałat, pomidor, kukurydza, oliwa z oliwek, szczypiorek,	250 250 100 15 50 30 50 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Ser topiony (7) Szynka drobiowa (6,9) Papryka Mix sałat, pomidor, kukurydza, oliwa z oliwek, szczypiorek,	250 250 100 15 50 30 50 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Ser topiony (7) Szynka drobiowa (6,9) Papryka Mix sałat, pomidor, kukurydza, oliwa z oliwek, szczypiorek,	250 250 100 15 50 30 50 100
<b>II Śniadanie</b>	<b>Banan</b>	<b>150</b>	<b>Banan</b>	<b>150</b>	<b>Banan</b>	<b>150</b>
<b>Obiad</b>	Zupa jarzynowa (1,7,9) G Stek z cebulą D Ziemniaki Sałata z jogurtem (7)	300 150 200 100	Zupa jarzynowa (1,7,9) G Szynka gotowana w sosie własnym Ziemniaki Sałata z jogurtem (7)	300 150 200 100	Zupa jarzynowa (1,7,9) G Stek z cebulą D Ziemniaki Sałata z jogurtem (7)	300 150 200 100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Jogurt owocowy</b>	<b>100</b>	<b>Jogurt owocowy</b>	<b>100</b>	<b>Jogurt owocowy</b>	<b>100</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Galantyna drobiowa Ser żółty (7) Papryka ,ogórek kiszony	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny(1,7) Masło(7) Galantyna drobiowa (7) Szynka drobiowa (6,9) Papryka, pomidor	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Galantyna drobiowa Ser żółty (7) Papryka ,ogórek kiszony	250 100 35 15 60 30 50
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2743 BIAŁKO: 133g TŁUSZCZ;113g, w tym NKT 51g Węglowodany 316g w tym cukry 21g Sól 3,8g,Błonnik 39g</b>		<b>KCAL: 2674 BIAŁKO: 123g TŁUSZCZ;103g, w tym NKT 41g Węglowodany 306g w tym cukry 20g Sól 3,8g,Błonnik 39g</b>		<b>KCAL: 2743 BIAŁKO: 133g TŁUSZCZ;113g, w tym NKT 51g Węglowodany 316g w tym cukry 21g Sól 3,8g,Błonnik 39g</b>	

**ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:**

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne (arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorczyca i produkty pochod.
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie ,G – gotowanie, D – duszenie ,S – smażenie

**CZWARTEK 25.06.2026**

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
<b>Śniadanie</b>	Jaglanka na mleku (7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Jajecznicza (1,3,7) Szynka drobiowa (6) Mix sałat ,pomidor, ogórek, oliwa, koperek	250 250 100 15 60 30 100	Jaglanka na mleku (7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Jajecznicza (1,3,7) Szynka drobiowa Mix sałat ,pomidor, ogórek, oliwa, koperek	250 250 100 15 60 30 100	Jaglanka na mleku (7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb razowy (1,7) Masło(7) Jajecznicza (1,3,7) Szynka drobiowa Mix sałat ,pomidor, ogórek, oliwa, koperek	250 250 100 15 60 30 100
<b>II Śniadanie</b>			<b>Mus owocowy Jabłko</b>	<b>100 150</b>	<b>Serek wiejski Jabłko</b>	<b>150 150</b>
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Obiad</b>	Zupa pomidorowa z makaronem G (1,7,9) De volaille z serem S (1,3,7,) Ziemniaki puree Surówka z kapusty pekińskiej	300 150 200 100	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) Rolada z warzywami (1,3) Ziemniaki puree Mix warzyw got	300 150 200 100	Zupa pomidorowa z makaronem G (1,7,9) De volaille z serem S (1,3,7,) Ziemniaki puree Surówka z kapusty pekińskiej	300 150 200 100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Sok owocowy</b>	<b>330</b>	<b>Sok owocowy</b>	<b>330</b>	<b>Sok warzywny</b>	<b>330</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Sałatka z buraka z rukolą(7) Salami	250 100 35 15 100 60	herbata Chleb pszenny(1,7) Masło(7) Sałatka z buraka z rukolą Szynka drobiowa	250 90 15 100 60	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Sałatka z fetą z rukolą Salami	250 100 35 15 100 60
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2305 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ;84g, w tym NKT 40g Węglowodany 229g w tym cukry 30g Sól 2,3g, Błonnik 19</b>		<b>KCAL: 2448 BIAŁKO: 86g TŁUSZCZ;84g, w tym NKT 41g Węglowodany 342g w tym cukry 30g Sól 3,3g, Błonnik 42</b>		<b>KCAL: 2453 BIAŁKO: 95g TŁUSZCZ;85g, w tym NKT 48g Węglowodany 337g w tym cukry 21g Sól 3,4g, Błonnik 50</b>	
	<b>Dieta ciążowa/matki karmiące</b>		<b>Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)</b>		<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>	
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Śniadanie</b>	Jaglanka na mleku (7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Jajecznicza (1,3,7) Szynka drobiowa (6) Mix sałat ,pomidor, ogórek, oliwa, koperek	250 250 100 15 60 30 100	Jaglanka na mleku (7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Jajecznicza (1,3,7) Szynka drobiowa Mix sałat ,pomidor, ogórek, oliwa, koperek	250 250 100 15 60 30 100	Jaglanka na mleku (7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Jajecznicza (1,3,7) Szynka drobiowa Mix sałat ,pomidor, ogórek, oliwa, koperek	250 250 100 15 60 30 100
<b>II Śniadanie</b>	<b>Mus owocowy Jabłko</b>	<b>100 150</b>	<b>Mus owocowy Jabłko</b>	<b>100 150</b>	<b>Mus owocowy Jabłko</b>	<b>100 150</b>
<b>Obiad</b>	Zupa pomidorowa z makaronem G (1,7,9) De volaille z serem S (1,3,7,) Ziemniaki puree Surówka z kapusty pekińskiej	300 150 200 100	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) Rolada z warzywami (1,3) Ziemniaki puree Mix warzyw got	300 150 200 100	Zupa pomidorowa z makaronem G (1,7,9) De volaille z serem S (1,3,7,) Ziemniaki puree Surówka z kapusty pekińskiej	300 150 200 100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Sok owocowy</b>	<b>330</b>	<b>Sok owocowy</b>	<b>330</b>	<b>Sok owocowy</b>	<b>330</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Sałatka z buraka z rukolą Salami	250 100 35 15 100 60	herbata Chleb pszenny(1,7) Masło(7) Sałatka z buraka z rukolą Szynka drobiowa	250 90 15 100 60	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Sałatka z buraka z rukolą Salami	250 100 35 15 100 60
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2498 BIAŁKO: 97g TŁUSZCZ;84g, w tym NKT 41g Węglowodany 342g w tym cukry 30g Sól 3,3g, Błonnik 39</b>		<b>KCAL: 2448 BIAŁKO: 86g TŁUSZCZ;84g, w tym NKT 41g Węglowodany 342g w tym cukry 30g Sól 3,3g, Błonnik 42</b>		<b>KCAL: 2498 BIAŁKO: 97g TŁUSZCZ;84g, w tym NKT 41g Węglowodany 342g w tym cukry 30g Sól 3,3g, Błonnik 39</b>	

**ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH:**

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe)  
6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochod.  
11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie ,G – gotowanie, D – duszenie ,S – smażenie

**PIĄTEK 26.06.2026**

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
<b>Śniadanie</b>	Zacierka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Rolada z kurczaka (6) Ser żółty (7) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100	Zacierka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Rolada z kurczaka (6) Ser biały homogenizowany (7) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100	Zacierka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb razowy (1,7) Masło(7) Rolada z kurczaka (6) Ser żółty (7) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100
<b>II Śniadanie</b>			<b>Brzoskwinia</b>	<b>150</b>	<b>Stupki warzywne z hummusem</b>	<b>100</b>
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Obiad</b>	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty (1,3,7,9) G Ryba pieczona w sosie porowym P (1,4,7) Ziemniaki got. G Surówka z marchewki	300 150 200 100	Zupa jarzynowa (1,3,7,9) G Ryba pieczona w sosie śmietanowym (1,4,7) Ziemniaki Surówka z marchewki	300 150 200 100	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty (1,3,7,9) G Ryba pieczona w sosie porowym P (1,4,7) Ziemniaki got. G Surówka z marchewki	300 150 200 100
<b>Podwieczorek</b>			<b>Budyń</b>	<b>150</b>	<b>Jogurt naturalny (7)</b>	<b>100</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pieczony pasztet (1,7) Mix serów Ogórek kiszony	250 100 35 15 60 60 120	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pieczony pasztet (1,7) Serek kanapkowy Mix sałat	250 100 15 60 60 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pieczony pasztet (1,7) Mix serów Ogórek kiszony	250 100 35 15 60 60 120
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>Kcal : 2413 BIAŁKO: 102g TŁUSZCZ;99g, w tym NKT 53g Węglowodany 296g w tym cukry 12g Sól 3,8g Błonnik 32g</b>		<b>Kcal : 2720 BIAŁKO: 145g TŁUSZCZ;109g, w tym NKT 50g Węglowodany 356g w tym cukry 28g Sól 3,8g Błonnik 55g</b>		<b>Kcal : 2572 BIAŁKO: 110g TŁUSZCZ;106g, w tym NKT 51g Węglowodany 369g w tym cukry 11g Sól 3,2g Błonnik 46g</b>	
	<b>Dieta ciężowa/matki karmiące</b>		<b>Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)</b>		<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>	
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Śniadanie</b>	Zacierka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Rolada z kurczaka (6) Ser żółty (7) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100	Zacierka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Rolada z kurczaka Ser biały homogenizowany (7) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100	Zacierka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Rolada z kurczaka Ser żółty (7) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100
<b>II Śniadanie</b>	<b>Brzoskwinia</b>	<b>150</b>	<b>Brzoskwinia</b>	<b>150</b>	<b>Stupki warzywne z hummusem</b>	<b>150</b>
<b>Obiad</b>	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty (1,3,7,9) G Ryba pieczona w sosie porowym P (1,4,7) Ziemniaki got. G Surówka z marchewki	300 150 200 100	Zupa jarzynowa (1,3,7,9) G Ryba pieczona w sosie śmietanowym (1,4,7) Ziemniaki Surówka z marchewki	300 150 200 100	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty (1,3,7,9) G Ryba pieczona w sosie porowym P (1,4,7) Ziemniaki got. G Surówka z marchewki	300 150 200 100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Budyń</b>	<b>150</b>	<b>Budyń</b>	<b>150</b>	<b>Budyń</b>	<b>150</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pieczony pasztet (1,7) Mix serów Ogórek kiszony	250 100 35 15 60 60 120	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pieczony pasztet (1,7) Serek kanapkowy Mix sałat	250 100 15 60 60 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pieczony pasztet (1,7) Mix serów Ogórek kiszony	250 100 35 15 60 60 120
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>Kcal : 2789 BIAŁKO: 140g TŁUSZCZ;109g, w tym NKT 53g Węglowodany 334g w tym cukry 21g Sól 3,8g Błonnik 55g</b>		<b>Kcal : 2720 BIAŁKO: 145g TŁUSZCZ;109g, w tym NKT 50g Węglowodany 356g w tym cukry 28g Sól 3,8g Błonnik 55g</b>		<b>Kcal : 2789 BIAŁKO: 140g TŁUSZCZ;109g, w tym NKT 53g Węglowodany 334g w tym cukry 21g Sól 3,8g Błonnik 55g</b>	

**ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:**

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe)  
6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochod.  
11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie, G – gotowanie, D – duszenie, S – smażenie

**SOBOTA 27.06.2026**

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
<b>Sniadanie</b>	Płatki kukurydziane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg z koperkiem (7) Szynka z kurczaka (6) Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, kukurydza)	250 250 100 15 60 30 100	Płatki kukurydziane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg z koperkiem (7) Szynka z kurczaka (6) Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, kukurydza)	250 250 100 15 60 30 100	Płatki kukurydziane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg z koperkiem (7) Szynka z kurczaka (6) Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, kukurydza)	250 250 100 15 60 30 100
<b>II Sniadanie</b>			<b>Jabłko</b>	<b>150</b>	<b>Kefir (7)</b>	<b>200</b>
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
<b>Obiad</b>	Zupa krem z białych warzyw G(1,7,9) Makaron penne w sosie pomidorowym z kielbasa i warzywami, (1,7,9) G,S,	300 350	Zupa krem z białych warzyw G(1,7,9) Makaron penne w sosie pomidorowym z kielbasa i warzywami, (1,7,9) G,S,	300 350	Zupa krem z białych warzyw G(1,7,9) Makaron penne w sosie pomidorowym z kielbasa i warzywami, (1,7,9) G,S,	300 350
<b>Podwieczorek</b>			<b>Serek homogenizowany</b>	<b>150</b>	<b>Salatka z fetą (7)</b>	<b>100</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta rybna (3,4,7) Szynka drobiowa (6) Mix salat i kielków	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta rybna (3,4,7) Szynka drobiowa (6) Mix salat i kielków	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb razowy Masło(7) Pasta rybna (3,4,7) Szynka drobiowa (6) Mix salat i kielków	250 100 15 60 30 50
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2210</b> <b>BIAŁKO: 122g</b> <b>TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 48g</b> <b>Węglowodany 226g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 3g Błonnik 27g</b>		<b>KCAL: 2515</b> <b>BIAŁKO: 123g</b> <b>TŁUSZCZ:88g, w tym NKT 33g</b> <b>Węglowodany 322g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 3g Błonnik 47g</b>		<b>Kcal : 2527</b> <b>BIAŁKO: 124g</b> <b>TŁUSZCZ:96g, w tym NKT 39G</b> <b>Węglowodany 314g w tym cukry 18g</b> <b>Sól 3,1g Błonnik 49g</b>	
	Dieta ciężowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
<b>Sniadanie</b>	Płatki kukurydziane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg z koperkiem (7) Szynka z kurczaka (6) Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, kukurydza)	250 250 100 15 60 30 100	Płatki kukurydziane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg z koperkiem (7) Szynka z kurczaka (6) Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, kukurydza)	250 250 100 15 60 30 100	Płatki kukurydziane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg z koperkiem (7) Szynka z kurczaka (6) Salatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, kukurydza)	250 250 100 15 60 30 100
<b>II Sniadanie</b>	<b>Jabłko</b>	<b>150</b>	<b>Jabłko</b>	<b>150</b>	<b>Jabłko</b>	<b>150</b>
<b>Obiad</b>	Zupa krem z białych warzyw G(1,7,9) Makaron penne w sosie pomidorowym z kielbasa i warzywami, (1,7,9) G,S,	300 350	Zupa krem z białych warzyw G(1,7,9) Makaron penne w sosie pomidorowym z kielbasa i warzywami, (1,7,9) G,S,	300 350	Zupa krem z białych warzyw G(1,7,9) Makaron penne w sosie pomidorowym z kielbasa i warzywami, (1,7,9) G,S,	300 350
<b>Podwieczorek</b>	<b>Serek homogenizowany</b>	<b>150</b>	<b>Serek homogenizowany</b>	<b>150</b>	<b>Serek homogenizowany</b>	<b>150</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta rybna (3,4,7) Szynka drobiowa (6) Mix salat i kielków	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta rybna (3,4,7) Szynka drobiowa (6) Mix salat i kielków	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta rybna (3,4,7) Szynka drobiowa (6) Mix salat i kielków	250 100 35 15 60 30 50
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2585</b> <b>BIAŁKO: 126g</b> <b>TŁUSZCZ:95g, w tym NKT 39g</b> <b>Węglowodany 322g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 3g Błonnik 47g</b>		<b>KCAL: 2515</b> <b>BIAŁKO: 123g</b> <b>TŁUSZCZ:88g, w tym NKT 33g</b> <b>Węglowodany 322g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 3g Błonnik 47g</b>		<b>KCAL: 2585</b> <b>BIAŁKO: 126g</b> <b>TŁUSZCZ:95g, w tym NKT 39g</b> <b>Węglowodany 322g w tym cukry 17g</b> <b>Sól 3g Błonnik 47g</b>	

**ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:**

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne (arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorzycza i produkty pochod.
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

**Sposób obróbki termicznej:** P – parowanie, Piecz – pieczenie, G – gotowanie, D – duszenie, S – smażenie

**NIEDZIELA 28.06.2026**

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
<b>Śniadanie</b>	Kasza manna na mleku Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Salami (6) Mix serów(7) Sałatka warzywna ( mix sałat, roszponka, pomidor, ogórek, kukurydza, oliwa, ziola )	250 250 100 15 30 60 100	Kasza manna na mleku Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Mix serów(7) Sałatka warzywna ( mix sałat, roszponka, pomidor, ogórek, kukurydza, oliwa, ziola )	250 250 100 15 30 60 100	Kasza manna na mleku Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb razowy (1,7) Masło(7) Salami Mix serów(7) Sałatka warzywna ( mix sałat, roszponka, pomidor, ogórek, kukurydza, oliwa, ziola )	250 250 100 15 30 60 100
<b>II Śniadanie</b>			<b>Nektarynka Serek wiejski (7)</b>	<b>150</b> <b>150</b>	<b>Nektarynka Serek wiejski (7)</b>	<b>150</b> <b>150</b>
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Obiad</b>	Rosół z makronem G (1,3,7) Gyros drobiowy S Ryż G Surówka z kapusty białej	300 150 150 100	Rosół z makronem (1,3,7) Gyros drobiowy Ryż Marchew gotowana	300 150 150 100	Rosół z makronem (1,3,7) Gyros drobiowy Ryż Surówka z kapusty białej	300 150 150 100
<b>Podwieczorek</b>			<b>Kisiel</b>	<b>120</b>	<b>Kisiel b/c</b>	<b>120</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy(1) Masło(7) Pieczeń rzymska (7) Sałatka ogrodowa z fetą (1,7)	250 100 35 15 60 100	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pieczeń rzymska (7) Sałatka ogrodowa z fetą (1,7)	250 100 15 60 100	herbata Chleb razowy Masło(7) Pieczeń rzymska (7) Sałatka ogrodowa z fetą (1,7)	250 100 15 60 100
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2491</b> <b>BIAŁKO: 118g</b> <b>TŁUSZCZ:115g, w tym NKT 34g</b> <b>Węglowodany 333g w tym cukry 12g</b> <b>Sól 3,8g Błonnik 31g</b>		<b>KCAL: 2842</b> <b>BIAŁKO: 131g</b> <b>TŁUSZCZ:95g, w tym NKT 44g</b> <b>Węglowodany 358g w tym cukry 35g</b> <b>Sól 3,5g Błonnik 44g</b>		<b>KCAL: 2712</b> <b>BIAŁKO: 107g</b> <b>TŁUSZCZ:124g, w tym NKT 62g</b> <b>Węglowodany 306g w tym cukry 19g</b> <b>Sól 4,2g Błonnik 35g</b>	
	<b>Dieta ciążowa/matki karmiąca</b>		<b>Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)</b>		<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>	
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Śniadanie</b>	Kasza manna na mleku Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Salami Mix serów(7) Sałatka warzywna ( mix sałat, roszponka, pomidor, ogórek, kukurydza, oliwa, ziola )	250 250 100 15 30 60 100	Kasza manna na mleku Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa Mix serów(7) Sałatka warzywna ( mix sałat, roszponka, pomidor, ogórek, kukurydza, oliwa, ziola )	250 250 100 15 30 60 100	Kasza manna na mleku Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Salami Mix serów(7) Sałatka warzywna ( mix sałat, roszponka, pomidor, ogórek, kukurydza, oliwa, ziola )	250 250 100 15 30 60 100
<b>II Śniadanie</b>	<b>Nektarynka Serek wiejski (7)</b>	<b>150</b> <b>150</b>	<b>Nektarynka Serek wiejski (7)</b>	<b>150</b> <b>150</b>	<b>Nektarynka Serek wiejski (7)</b>	<b>150</b> <b>150</b>
<b>Obiad</b>	Rosół z makronem G (1,3,7) Gyros drobiowy S Ryż G Surówka z kapusty białej	300 150 150 100	Rosół z makronem (1,3,7) Gyros drobiowy Ryż Marchew gotowana	300 150 150 100	Rosół z makronem G (1,3,7) Gyros drobiowy S Ryż G Surówka z kapusty białej	300 150 150 100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Kisiel</b>	<b>120</b>	<b>Kisiel</b>	<b>120</b>	<b>Kisiel</b>	<b>120</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pieczeń rzymska (7) Sałatka ogrodowa z fetą (1,7)	250 100 35 15 60 100	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pieczeń rzymska (7) Sałatka ogrodowa z fetą (1,7)	250 100 15 60 100	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pieczeń rzymska (7) Sałatka ogrodowa z fetą (1,7)	250 100 35 15 60 100
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2911</b> <b>BIAŁKO: 135g</b> <b>TŁUSZCZ:115g, w tym NKT 54g</b> <b>Węglowodany 352g w tym cukry 32g</b> <b>Sól 3,8g Błonnik 40g</b>		<b>KCAL: 2842</b> <b>BIAŁKO: 131g</b> <b>TŁUSZCZ:95g, w tym NKT 44g</b> <b>Węglowodany 358g w tym cukry 35g</b> <b>Sól 3,5g Błonnik 44g</b>		<b>KCAL: 2911</b> <b>BIAŁKO: 135g</b> <b>TŁUSZCZ:115g, w tym NKT 54g</b> <b>Węglowodany 352g w tym cukry 32g</b> <b>Sól 3,8g Błonnik 40g</b>	

**ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:**

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochod.
11. Nasiona sezamu
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie, G – gotowanie, D – duszenie, S – smażenie

**PONIEDZIAŁEK 29.06.2026**

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
<b>Śniadanie</b>	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Parówka (6) Szynka wieprzowa(6,9) Serek kanapkowy (7) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni, koperek)	250 250 100 15 50 30 50 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Parówka (6) Szynka wieprzowa(6,9) Serek kanapkowy (7) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni, koperek)	250 250 100 15 50 30 50 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb razowy (1,7) Masło(7) Parówka (6) Szynka wieprzowa(6,9) Serek kanapkowy (7) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni ,koperek)	250 250 100 15 50 30 50 100
<b>II Śniadanie</b>			Sałátka pomidorowa z cebulką	100	Sałátka pomidorowa z cebulką	100
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Obiad</b>	Zupa szpinakowa z kaszą G (1,7) Kotlet mielony panierowany S(1,3) Ziemniaki got. Mizeria (7)	300 120 200 100	Zupa szpinakowa z kaszą (1,7) Kotlet mielony duszony (1,3) Ziemniaki got. Mix sałat z jogurtem (7)	300 120 200 100	Zupa szpinakowa z kaszą G (1,7) Kotlet mielony panierowany S(1,3) Ziemniaki got. Mizeria (7)	300 120 200 100
<b>Podwieczorek</b>			Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt naturalny z płatkami (7)	100
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paszтет pieczony Szynka drobiowa (6) Ogórek kiszony	250 100 35 15 60 30 120	herbata Chleb pszenny(1) Masło(7) Pasta z warzyw Szynka drobiowa (6) Mix kielków	250 100 15 50 30 30	herbata Chleb razowy(1) Masło(7) Paszтет pieczony Szynka drobiowa (6) Ogórek kiszony	250 100 15 50 30 120
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2582</b> <b>BIAŁKO: 111g</b> <b>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT49g</b> <b>Węglowodany 300g w tym cukry 15g</b> <b>Sól 4,1g Błonnik 36g</b>		<b>KCAL: 2512</b> <b>BIAŁKO: 122g</b> <b>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 42g</b> <b>Węglowodany 334g w tym cukry 25g</b> <b>Sól 4,1g Błonnik 39g</b>		<b>Kcal : 2623</b> <b>BIAŁKO: 128g</b> <b>TŁUSZCZ:109g, w tym NKT 51g</b> <b>Węglowodany 295g w tym cukry 15g</b> <b>Sól 3,5g Błonnik 34g</b>	
	<b>Dieta ciężowa/matki karmiące</b>		<b>Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)</b>		<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>	
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Śniadanie</b>	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Parówka (6) Szynka wieprzowa(6,9) Serek kanapkowy (7) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)	250 250 100 15 50 30 50 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Parówka (6) Szynka wieprzowa(6,9) Serek kanapkowy (7) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)	250 250 100 15 50 30 50 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Parówka (6) Szynka wieprzowa(6,9) Serek kanapkowy (7) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)	250 250 100 15 50 30 50 100
<b>II Śniadanie</b>	Sałátka pomidorowa z cebulką	100	Sałátka pomidorowa z cebulką	100	Sałátka pomidorowa z cebulką	100
<b>Obiad</b>	Zupa szpinakowa z kaszą G (1,7) Kotlet mielony panierowany S(1,3) Ziemniaki got. Mizeria (7)	300 120 200 100	Zupa szpinakowa z kaszą (1,7) Kotlet mielony duszony (1,3) Ziemniaki got. Mix sałat z jogurtem (7)	300 120 200 100	Zupa szpinakowa z kaszą (1,7) Kotlet mielony panierowany(1,3) Ziemniaki got. Mizeria (7)	300 120 200 100
<b>Podwieczorek</b>	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paszтет pieczony Szynka drobiowa (6) Ogórek kiszony	250 100 35 15 60 30 120	herbata Chleb pszenny(1) Masło(7) Pasta z warzyw Szynka drobiowa (6) Mix kielków	250 100 15 50 30 30	herbata Chleb razowy(1) Masło(7) Paszтет pieczony Szynka drobiowa (6) Ogórek kiszony	250 100 15 50 30 120
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2712</b> <b>BIAŁKO: 131g</b> <b>TŁUSZCZ:109g, w tym NKT49g</b> <b>Węglowodany 314g w tym cukry 25g</b> <b>Sól 4,1g Błonnik 41g</b>		<b>KCAL: 2512</b> <b>BIAŁKO: 122g</b> <b>TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 42g</b> <b>Węglowodany 334g w tym cukry 25g</b> <b>Sól 4,1g Błonnik 39g</b>		<b>KCAL: 2712</b> <b>BIAŁKO: 131g</b> <b>TŁUSZCZ:109g, w tym NKT49g</b> <b>Węglowodany 314g w tym cukry 15g</b> <b>Sól 4,1g Błonnik 41g</b>	

**ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:**

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe)  
6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochod.  
11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie, G – gotowanie, D – duszenie, S – smażenie

**WTOREK 30.06.2026**

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
<b>Śniadanie</b>	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg na słodko (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, kukurydza)	250 250 100 15 60 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Twaróg na słodko (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwa, koperek, kukurydza)	250 250 100 15 60 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb razowy (1,6,11) Masło(7) Twaróg ze szczypiorkiem (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwa, koperek, kukurydza)	250 250 100 15 60 30 100
<b>II Śniadanie</b>			<b>Jabłko</b> <b>Serek wiejski (7)</b>	<b>150</b> <b>150</b>	<b>Jabłko</b> <b>Serek wiejski (7)</b>	<b>150</b> <b>150</b>
<b>Obiad</b>	Zupa jarzynowa G (1,7,9) Kurczak curry z ryżem i warzywami S,D, (1,7,9)	300 350	Zupa jarzynowa (1,7,9) Kurczak curry z ryżem i warzywami (1,7,9)	300 350	Zupa jarzynowa (1,7,9) Kurczak curry z ryżem i warzywami (1,7,9)	300 350
<b>Podwieczorek</b>			<b>Sok pomidorowy</b>	<b>300</b>	<b>Sok pomidorowy</b>	<b>300</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Ser żółty (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 35 15 60 50 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Ser biały (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 15 60 50 50	herbata Chleb razowy Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Ser żółty (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 15 60 50 50
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2007</b> <b>BIAŁKO: 98g</b> <b>TŁUSZCZ:77g, w tym NKT 30g</b> <b>Węglowodany 292g w tym cukry 22g</b> <b>Sól 3,2g Błonnik 25g</b>		<b>KCAL: 2208</b> <b>BIAŁKO: 97g</b> <b>TŁUSZCZ:70g, w tym NKT 26g</b> <b>Węglowodany 302g w tym cukry 32g</b> <b>Sól 3,1g Błonnik 28g</b>		<b>Kcal : 2188</b> <b>BIAŁKO: 101g</b> <b>TŁUSZCZ:77g, w tym NKT 34g</b> <b>Węglowodany 284g w tym cukry 31g</b> <b>Sól 2,8g Błonnik 31g</b>	
	Dieta ciężowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
<b>Śniadanie</b>	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg na słodko (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, kukurydza)	250 250 100 15 60 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Twaróg na słodko (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwa, koperek, kukurydza)	250 250 100 15 60 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg na słodko (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, kukurydza)	250 250 100 15 60 30 100
<b>II Śniadanie</b>			<b>Jabłko</b> <b>Serek wiejski (7)</b>	<b>150</b> <b>150</b>	<b>Jabłko</b> <b>Serek wiejski (7)</b>	<b>150</b> <b>150</b>
<b>Obiad</b>	Zupa jarzynowa (1,7,9) Kurczak curry z ryżem i warzywami (1,7,9)	300 350	Zupa jarzynowa (1,7,9) Kurczak curry z ryżem i warzywami (1,7,9)	300 350	Zupa jarzynowa (1,7,9) Kurczak curry z ryżem i warzywami (1,7,9)	300 350
<b>Podwieczorek</b>	<b>Sok pomidorowy</b>	<b>300</b>	<b>Sok pomidorowy</b>	<b>300</b>	<b>Sok pomidorowy</b>	<b>300</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Ser żółty (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 35 15 60 50 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Ser biały (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 15 60 50 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Ser żółty (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 35 15 60 50 50
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2277</b> <b>BIAŁKO: 104g</b> <b>TŁUSZCZ:77g, w tym NKT 30g</b> <b>Węglowodany 302g w tym cukry 32g</b> <b>Sól 3,2g Błonnik 30g</b>		<b>KCAL: 2208</b> <b>BIAŁKO: 97g</b> <b>TŁUSZCZ:70g, w tym NKT 26g</b> <b>Węglowodany 302g w tym cukry 32g</b> <b>Sól 3,1g Błonnik 28g</b>		<b>KCAL: 2277</b> <b>BIAŁKO: 104g</b> <b>TŁUSZCZ:77g, w tym NKT 30g</b> <b>Węglowodany 302g w tym cukry 32g</b> <b>Sól 3,2g Błonnik 30g</b>	

**ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:**

- Zboża zawierające gluten
  - Skorupiaki i produkty pochodne
  - Jaja i produkty pochodne
  - Ryby i produkty pochodne
  - Orzeszki ziemne (arachidowe)
  - Soja i produkty pochodne
  - Mleko i produkty pochodne
  - Orzechy
  - Seler i produkty pochodne
  - Gorczyca i produkty pochodne
  - Nasiona sezamu
  - Dwutlenek siarki
  - Łubin
  - Mięczaki
- Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie, G – gotowanie, D – duszenie, S – smażenie

**SRODA 01.07.2026**

<b>SRODA 01.07.2026</b>						
	<b>Dieta podstawowa</b>		<b>Dieta lekkostrawna</b>		<b>Dieta cukrzycowa</b>	
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Śniadanie</b>	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twarożek z rzodkiewką (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Twarożek (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb razowy (1,7) Masło(7) Twarożek z rzodkiewką (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100
<b>II Śniadanie</b>			<b>Mus owocowy</b>	<b>100</b>	<b>Mus warzywny</b>	<b>100</b>
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Obiad</b>	Zupa ogórkowa z ziemniakami G(7,9) Naleśnik wytrawny, sos czosnkowy (1,7,9) Surówka z kapusty	300 350 100	Zupa ogórkowa z ziemniakami G Naleśnik z twarogiem S(1,3,7) Surówka z marchewki	300 350 100	Zupa ogórkowa z ziemniakami G Naleśnik wytrawny, sos czosnkowy (1,7,9) Surówka z kapusty	300 350 100
<b>Podwieczorek</b>			<b>Serek homogenizowany smakowy (7)</b>	<b>100</b>	<b>Jogurt naturalny (7)</b>	<b>100</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Ser żółty(7) Mix sałat, papryka	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Ser biały (7) Mix sałat, papryka	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb razowy Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Ser żółty(7) Mix sałat, papryka	250 100 15 60 30 50
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2259 BIAŁKO: 118g TŁUSZCZ: 130g, w tym NKT 37g Węglowodany 318g w tym cukry 18g Sól 5,4g błonnik 28g</b>		<b>KCAL: 2845 BIAŁKO: 123g TŁUSZCZ: 127g, w tym NKT 50g Węglowodany 318g w tym cukry 21g Sól 4,4g błonnik 28g</b>		<b>Kcal : 2750 BIAŁKO: 132g TŁUSZCZ:122g, w tym NKT 55g Węglowodany 291g w tym cukry 18g Sól 5,4g błonnik 26g</b>	
	<b>Dieta ciężowa/matki karmiące</b>		<b>Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)</b>		<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>	
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Śniadanie</b>	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twarożek z rzodkiewką (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Twarożek (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb razowy (1,7) Masło(7) Twarożek z rzodkiewką (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100
<b>II Śniadanie</b>	<b>Mus owocowy</b>	<b>100</b>	<b>Mus owocowy</b>	<b>100</b>	<b>Mus owocowy</b>	<b>100</b>
<b>Obiad</b>	Zupa ogórkowa z ziemniakami G(7,9) Naleśnik wytrawny, sos czosnkowy (1,7,9) Surówka z kapusty	300 350 100	Zupa ogórkowa z ziemniakami G Naleśnik z twarogiem S(1,3,7) Surówka z marchewki	300 350 100	Zupa ogórkowa z ziemniakami G Naleśnik wytrawny, sos czosnkowy (1,7,9) Surówka z kapusty	300 350 100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Serek homogenizowany smakowy</b>	<b>100</b>	<b>Serek homogenizowany smakowy</b>	<b>100</b>	<b>Serek homogenizowany smakowy</b>	<b>100</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Ser żółty(7) Mix sałat, papryka	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Ser biały (7) Mix sałat, papryka	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Ser żółty(7) Mix sałat, papryka	250 100 35 15 60 30 50
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2913 BIAŁKO: 128g TŁUSZCZ: 130g, w tym NKT 57g Węglowodany 318g w tym cukry 28g Sól 5,4g błonnik 28g</b>		<b>KCAL: 2845 BIAŁKO: 123g TŁUSZCZ: 127g, w tym NKT 50g Węglowodany 318g w tym cukry 21g Sól 4,4g błonnik 28g</b>		<b>KCAL: 2913 BIAŁKO: 128g TŁUSZCZ: 130g, w tym NKT 57g Węglowodany 318g w tym cukry 28g Sól 5,4g błonnik 28g</b>	

**ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:**

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe)  
6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochod.  
11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. tubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie, G – gotowanie, D – duszenie, S – smażenie

**CZWARTEK 02.07.2026**

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
<b>Śniadanie</b>	Kaszka manna na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Ser kanapkowy (7) Szynka drobiowa (6,9) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka)	250 250 100 15 30 30 100	Kaszka manna na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Ser kanapkowy (7) Szynka drobiowa (6,9) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka)	250 250 100 15 30 30 100	Kaszka manna na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb razowy (1,7) Masło(7) Ser kanapkowy (7) Szynka drobiowa (6,9) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka)	250 250 100 15 30 30 100
<b>II Śniadanie</b>			<b>Baton pełnoziarnisty</b>	<b>40</b>	<b>Serek wiejski (7) Sucharki b/c</b>	<b>150 30</b>
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Obiad</b>	Zupa pomidorowa z ryżem G (1,7,9) Pierogi z serem G (1,7) Surówka z marchewki	300 350 100	Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9) Pierogi z serem (1,7) Surówka z selera	300 350 100	Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9) Pierogi z serem (1,7) Surówka z marchewki	300 350 100
<b>Podwieczorek</b>			<b>Jogurt owocowy Jabłko</b>	<b>100 130</b>	<b>Sok warzywny</b>	<b>300</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy (1) Masło(7) Paprykarz (4) Szynka drobiowa (6) Mix sałata z pomidorem	250 100 35 15 60 50 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta rybna (4,7) Szynka drobiowa (6) Mix sałat z pomidorem	250 100 15 60 50 50	herbata Chleb razowy Masło(7) Paprykarz 94) Szynka drobiowa (6) Mix sałata z pomidorem	250 100 15 60 50 50
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 2338 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 30g Węglowodany 414g w tym cukry38g Sól 2,5g błonnik 35g</b>		<b>KCAL: 3031 BIAŁKO: 115g TŁUSZCZ:112g, w tym NKT 38g Węglowodany 410g w tym cukry 48g Sól 2,5g błonnik 45g</b>		<b>KCAL: 3011 BIAŁKO: 109g TŁUSZCZ:125g, w tym NKT 38g Węglowodany 369g w tym cukry 29g Sól 2,1g błonnik 47g</b>	
	<b>Dieta ciężowa/matki karmiące</b>		<b>Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)</b>		<b>Dieta podstawowa dziecięca</b>	
	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>	<b>Posiłek</b>	<b>Ilość w gramach</b>
<b>Śniadanie</b>	Kaszka manna na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Ser kanapkowy (7) Szynka drobiowa (6,9) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka)	250 250 100 15 30 30 100	Kaszka manna na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Ser kanapkowy (7) Szynka drobiowa (6,9) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka)	250 250 100 15 30 30 100	Kaszka manna na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Ser kanapkowy (7) Szynka drobiowa (6,9) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, ogórek, oliwa, kielki, natka)	250 250 100 15 30 30 100
<b>II Śniadanie</b>	<b>Baton pełnoziarnisty</b>	<b>40</b>	<b>Baton pełnoziarnisty</b>	<b>40</b>	<b>Baton pełnoziarnisty</b>	<b>40</b>
<b>Obiad</b>	Zupa pomidorowa z ryżem G (1,7,9) Pierogi z serem G (1,7) Surówka z marchewki	300 350 100	Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9) Pierogi z serem (1,7) Surówka z selera,	300 350 100	Zupa pomidorowa z ryżem (1,7,9) Pierogi z serem (1,7) Surówka z marchewki	300 350 100
<b>Podwieczorek</b>	<b>Jogurt owocowy Jabłko</b>	<b>100 130</b>	<b>Jogurt owocowy Jabłko</b>	<b>100 130</b>	<b>Jogurt owocowy Jabłko</b>	<b>100 130</b>
<b>Kolacja</b>	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paprykarz Szynka drobiowa Mix sałata z pomidorem	250 100 35 15 60 50 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta rybna Szynka drobiowa Mix sałat z pomidorem	250 100 15 60 50 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paprykarz Szynka drobiowa Mix sałata z pomidorem	250 100 35 15 60 50 50
<b>WARTOŚĆ ODŻYWCZA</b>	<b>KCAL: 3100 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ:129g, w tym NKT 38g Węglowodany 414g w tym cukry 58g Sól 2,5g błonnik 45g</b>		<b>KCAL: 3031 BIAŁKO: 115g TŁUSZCZ:112g, w tym NKT 38g Węglowodany 410g w tym cukry 48g Sól 2,5g błonnik 45g</b>		<b>KCAL: 3100 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ:129g, w tym NKT 38g Węglowodany 414g w tym cukry 58g Sól 2,5g błonnik 45g</b>	

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe)  
6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochod.  
11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie, G – gotowanie, D – duszenie, S – smażenie

**Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie!**