

Dzień		Śniadanie	Drugie śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
2025-06-05 niedziela	P	Herbata 250 ml		Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL)		Herbata 250 ml	Gruszka 1 szt.
	O	Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU)		Kotlet drobiowy panierowany 100g (GLU, JAJ)		Bułka grahamka 80g (GLU)	
	D	Baton pszenny 80g (GLU)		Puree ziemniaczane 200g (BIA)		Chleb 40g (GLU)	
	S	Chleb 40g (GLU)		Mizeria 150g (BIA)		Masło 15g (BIA)	
	T	Masło 15g (BIA)		Kompot 250ml		Ser topiony 50g (BIA)	
	A	Baleron 50g (SOJ)				Pomidor 30g	
	W	Ogórek zielony 30g					
	O						
	W						
	A						
	W	Herbata 250 ml	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)	Rosół z makaronem 400ml (GLU, JAJ, SEL)	Kiwi 1 szt.	Herbata 250 ml	Gruszka 1 szt.
	Z	Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU)		Kotlet drobiowy panierowany 130g (GLU, JAJ)		Bułka grahamka 80g (GLU)	
	B	Baton pszenny 80g (GLU)		Puree ziemniaczane 250g (BIA)		Chleb 60g (GLU)	
	O	Chleb 60g (GLU)		Mizeria 150g (BIA)		Masło 15g (BIA)	
	G	Masło 15g (BIA)		Kompot 250ml		Ser topiony 50g (BIA)	
	A	Baleron 50g (SOJ)				Pomidor 30g	
	C	Ogórek zielony 30g					
	O						
	N						
	A						
	L	Herbata 250 ml		Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL)		Herbata 250 ml	Gruszka 1 szt.
	E	Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU)		Pierś z kurczaka gotowana 100g		Bułka grahamka 80g (GLU)	
	K	Baton pszenny 80g (GLU)		Puree ziemniaczane 200g (BIA)		Chleb 40g (GLU)	
	K	Chleb 40g (GLU)		Sos ziołowy 100g (BIA, GLU, SEL)		Masło 10g (BIA)	
	O	Masło 15g (BIA)		Marchewka gotowana 150g		Ser biały 60g (BIA)	
	S	Szynka drobiowa 50g (SOJ)		Kompot 250ml		Salata 10g	
	T	Salata 10g					
	R						
	A						
	W						
	N						

	A						
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 250 ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Baleron 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Budyń czekoladowy b/c 200ml (BIA)	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL) Kotlet drobiowy panierowany 100g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Mizeria 150g (BIA) Kompot b/c 250ml	Kiwi 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.
		540 kcal B 20,9 g T 31,2 g Wp 42,8 g F 4.1 g - błonnik WW 4.3 (wymienniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)	714.1 kcal B 47.7 g T 15.7 g Wp 88.3 g F 12.8 g - błonnik WW 8.8 (wymiennik węglowodanowy)	91 kcal B 6.7 g T 2.8 g Wp 0 g F 0 g - błonnik WW 0 (wymienniki węglowodano we)	313 kcal B 19.7 g T 13 g Wp 28 g F 3.5 g - błonnik WW 2.8 (wymienniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA) Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	Gruszka 1 szt.
	1 5 0	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250 ml (BIA, GLU)		Rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA)	Gruszka 1 szt.

	O k c a l	Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Puree ziemniaczane 200g (BIA) Sos ziołowy 100g (BIA, GLU, SEL) Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	
	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250 ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Dżem 30g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Kotlet z sera żółtego 100g (JAJ, GLU, BIA) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Mizeria 150g (BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.
2 0 2 5 - 0 6 - 1 6 p o	P O D S T A W O W A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Pomidor 30g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z młodą kapustą i mięsem oraz wędliną 300g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	W	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem	Kisiel 200ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400ml	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)

n i e d z i a ł e k	Z B O G A C O N A	300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Pomidor 30g		(BIA, GLU, SEL) Makaron z <i>młodym</i> <i>kapustą i mięsem oraz</i> <i>wędliną</i> 350g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL) Kompot 250ml		(GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	
	L E K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) <i>Szynka wieprzowa 50g</i> (BIA) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z sosem mięsnym – warzywnym 300g (GLU, JAJ, SEL) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	C U K R Z Y C	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa ze	Kisiel b/c 200ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z <i>młodym</i> <i>kapustą i mięsem oraz</i> <i>wędliną</i> 300g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100g	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (BIA) Masło 10g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)

	O W A	szczypiorkiem 80g (BIA) Pomidor 30g		(GLU, SEL) Kompot b/c 250ml			
		469.7 kcal B 20.8 g T 18.9 g Wp 52.7 g F 4 g WW 5.4 (wymenniki węglowodanowe)	116.1 kcal B 2.5 g T 0.8 g Wp 23.3 g F 1.3 g – błonnik WW 2.3 (wymenniki węglowodanowe)	631.9 kcal B 39.2 g T 16.6 g Wp 65.4 g F 14.5 g WW 6.6 (wymenniki węglowodanowe)	91 kcal B 6.7 g T 2.8 g Wp 0 g F 0 g – błonnik WW 0 (wymenniki węglowodanowe)	259.5 kcal B 15.5 g T 9.9 g Wp 25.8 g F 3.8 g WW 2.6 (wymenniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) <i>Szynka wieprzowa 50g (SOJ)</i> Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Palczki gotowane 2szt. Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) <i>Szynka wieprzowa 50g (BIA)</i> Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z sosem mięsno – warzywnym 300g (GLU, JAJ, SEL) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
	W	Herbata 250 ml		Zupa jarzynowa z		Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1

	E G E T A R I A Ń S K A	Butka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Pomidor 30g		ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z sosem pieczarkowym i jarzynami 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Butka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek homogenizowany owocowy 150g (BIA)	szt. (BIA)
2 0 2 5 - 0 6 - 1 7 w t o r e k	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300 ml (BIA) Butka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 25g (BIA) Szynka wieprzowa 25g (SOJ) Ogórek zielony 30g		Krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Karczek pieczony w sosie 100g/100g (SEL) Ziemniaki 200g Surówka z pory marchewki i ogórka kiszzonego 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Butka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Pomidor 30g	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300 ml (BIA) Butka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 25g (BIA) Szynka wieprzowa 25g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Budyń waniliowy 200ml (BIA)	Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml (GLU, SEL, BIA) Karczek pieczony w sosie 130g/100g (SEL) Ziemniaki 250g Surówka z pory marchewki i ogórka kiszzonego 150g Kompot 250ml	Banan 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Butka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Pomidor 30g	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)

	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 300 ml (BIA) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Schab gotowany 100g Sos pietruszkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Buraki 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250 ml (BIA) Masło 10g (BIA) Ser żółty 25g (BIA) Szynka wieprzowa 25g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Budyń waniliowy b/cukru 200ml (BIA)	Krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Karczek pieczony w sosie 100g/100g (SEL) Ziemniaki 200g Surówka z pory marchewki i ogórka kiszzonego 150g Kompot b/c 250ml	Banan niedojrzały 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Pomidor 30g	Wafle ryżowe 3 szt.

		553.3 kcal B 27.1 g T 25.2 g Wp 53 g F 4.2 g WW 5.4	116.1 kcal B 2.5 g T 0.8 g Wp 23.3 g F 1.3 g – błonnik WW 2.3 (wymenniki węglowodanowe)	666 kcal B 31.2 g T 22 g Wp 65,8 g F 12.8 g WW 6.7	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymenniki węglowodanowe)	407 kcal B 13.4 g T 24.9 g Wp 31.3 g F 5 g WW 3.2	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Schab gotowany 100g Ziemniaki 200g Buraki 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250 ml (BIA) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Krupnik z kaszą jęczmienną 2500ml (GLU, SEL) Schab gotowany 100g Sos pietruszkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Buraki 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)
	W E G E	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250 ml (BIA) Masło 10g (BIA)		Krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Kotlet warzywny z pieczarkami 100g (JAJ,		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z makreli	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)

	T E R I A Ń S K A	Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g		GLU, SEL) Ziemniaki 200g Surówka z <i>pory marchewki i ogórka kiszzonego</i> 150g Kompot 250ml		wędzonej 80g (RYB) Pomidor 30g	
2 0 2 5 - 0 6 - 1 8 ś r o d a	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Masło 15g (BIA) Polędwica Ani 25g (SOJ) Jajko gotowane ½ szt. (JAJ) Pomidor 30g		Zupa fasolowa 350ml (GLU, SEL) <i>Kluski na parze z sosem truskawkowym 3 szt</i> (JAJ, BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Masło 15g (BIA) Polędwica Ani 25g (SOJ) Jajko gotowane ½ szt. (JAJ) Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.	Zupa fasolowa 400ml (GLU, SEL) <i>Kluski na parze z sosem truskawkowym 4 szt</i> (JAJ, BIA, GLU) Kompot 250ml	Kiwi 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)

	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Masło 15g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, SEL, GLU) Ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 25g (SOJ) Jajko gotowane ½ szt. (JAJ) Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.	Zupa fasolowa 350ml (GLU, SEL) Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g Kompot b/c 250ml	Kiwi 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)
		450 kcal B 24.6 g T 14.6 g Wp 53.9 g F 4.4 g WW 5.5(wymienniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)	697.1 kcal B 40.3 g T 14.6 g Wp 88.3 g F 19.3 g WW 8.9(wymienniki węglowodanowe)	102.5 kcal B 9.5 g T 2.3 g Wp 12.3 g F 0 g WW 1.3(wymienniki	482.3 kcal B 19.5 g T 30.3 g Wp 31.9 g F 4.6 g WW 3.3(wymienniki węglowodanowe)	

					węglowodano we)		
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, SEL, GLU) Ryż z musem jabłkowym 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Pomidor 30g		Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (BIA, SEL, GLU) Ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)
	W E G E T A R I A Ń	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Jajko gotowane 1szt. (JAJ) Pomidor 30g		Zupa fasolowa 350ml (GLU, SEL) <i>Kluski na parze z sosem truskawkowym 3 szt</i> (JAJ, BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek topiony 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)

	S K A						
2 0 2 5 - 0 6 - 1 9 c z w a r t e k	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. gryczanymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Parówki na ciepło 2szt. (SOJ) Ketchup 20g Ogórek zielony 30g		Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Kotlet mielony drobiowy z jarzynami smażony 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g <i>Sałata zielona ze śmietaną</i> 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek z rzodkiewką 60g (BIA) Pomidor 30g	Jabłko 1szt.
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. gryczanymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Parówki na ciepło 2szt. (SOJ) Ketchup 20g Ogórek zielony 30g	Kisiel 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Kotlet mielony drobiowy z jarzynami smażony 130g (GLU, JAJ) Ziemniaki 250g <i>Sałata zielona ze śmietaną</i> 150g Kompot 250ml	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek z rzodkiewką 60g rzodkiewką (BIA) Pomidor 30g	Jabłko 1szt.
	L E K K O	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. gryczanymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g		Zupa makaronowa 350ml (GLU, SEL, JAJ) Pulpet drobiowy z <i>jarzynami</i> gotowany 100g (GLU) Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, SEL)		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA)	Jabłko 1szt.

	S T R A W N A	(SOJ) Sałata 10g		Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Sałata 10g	
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Parówki na ciepło 2szt. (SOJ) Ketchup 20g Ogórek zielony 30g	Kisiel b/c 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Kotlet mielony drobiowy z jarzynami smażony 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Sałata zielona ze śmietaną 150g Kompot b/c 250ml	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z rzodkiewką 60g (BIA) Pomidor 30g	Jabłko 1szt.
		540 kcal B 20,9 g T 31,2 g Wp 42,8 g F 4.1 g - błonnik WW 4.3 (wymenniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymenniki węglowodanowe)	714.1 kcal B 47.7 g T 15.7 g Wp 88.3 g F 12.8 g - błonnik WW 8.8 (wymennik węglowodanowy)	91 kcal B 6.7 g T 2.8 g Wp 0 g F 0 g - błonnik WW 0 (wymenniki węglowodano we)	313 kcal B 19.7 g T 13 g Wp 28 g F 3.5 g - błonnik WW 2.8 (wymenniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Palczki gotowane 2szt. Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA)	Jabłko 1szt.

				Kompot 250ml		Salata 10g	
150000		Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa makaronowa 250ml (GLU, SEL, JAJ) Pulpet drobiowy z jarzynami gotowany 100g (GLU) Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Sałata 10g	Jabłko 1szt.
WEGEATARNA		Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g		Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Leczo warzywne z papryką i pomidorami 150g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z rzodkiewką 60g (BIA) Pomidor 30g	Jabłko 1szt.
2025-0	PODST	Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA)		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kiszonej		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa	Banan 1 szt.

6 - 2 0 p i q t e k 2 0 2 4 - 1 0 - 1 1 p i q t e k	A W A	Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g		kapusty i marchewki 150g Kompot 250ml		50g (SOJ) Pomidor 30g	
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g	Gruszka 1 szt.	Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 130g (GLU, JAJ) Ziemniaki 250g Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 150g Kompot 250ml	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Banan 1 szt.
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos jarzynowy 100g (SEL, GLU) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Banan 1 szt.
	C U K R	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka grahamka 50g	Gruszka 1 szt.	Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ)	Budyń czekoladowy b/c 200ml (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA)	Banan niedojrzały 1 szt.

	Z Y C O W A	(GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g		Ziemniaki 200g Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 150g Kompot b/c 250ml		Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	
		534,3 kcal B 17.6 g T 28.5 g Wp 49.8 g F 5.8 g WW 5 (wymienniki węglowodanowe)	181,5 kcal B 4.5 g T 1.5 g Wp 35.7 g F 3.8 g WW 3.6 (wymienniki węglowodanowe)	557,9 kcal B 31.6 g T 9.8 g Wp 78.6 g F 12.4 g WW 8 (wymienniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodano we)	287.7 kcal B 10.1 g T 14.4 g Wp 28.1 g F 3.8 g WW 2.8 (wymienniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (SEL, BIA) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Banan 1 szt.
	1 5 0 0 k	Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ)		Zupa grysikowa 250ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos jarzynowy 100g (SEL, GLU) Ziemniaki 200g		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Banan 1 szt.

	<i>c al</i>	<i>Salata 10g</i>		<i>Marchew gotowana 150g Kompot 250ml</i>			
	<i>W E G E T A R I A Ń S K A</i>	<i>Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Jajko gotowane 1szt. (JAJ) Papryka 30g</i>		<i>Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 150g Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Pomidor 30g</i>	<i>Banan 1 szt.</i>
<i>2 0 2 5 - 0 6 - 2 1 s o b o</i>	<i>P O D S T A W</i>	<i>Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g</i>		<i>Zupa grochowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makron z <i>serem twarogowym</i> 300g (GLU, JAJ) Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa z <i>grozkiem</i> 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Wędlina 20g (SOJ)</i>	<i>Ciasto babka 60g – 1 kawałek (GLU, JAJ)</i>
	<i>W</i>	<i>Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml</i>	<i>Chleb zwykły 40g (GLU) Masło 10g (BIA)</i>	<i>Zupa grochowa z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL)</i>	<i>Kiwi 1 szt.</i>	<i>Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU)</i>	<i>Ciasto babka 60g – 1 kawałek (GLU, JAJ)</i>

t a	Z B O G A C O N A	(BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Ser żółty 25g (BIA)	Makron z serem twarogowym 350g (GLU, JAJ) Kompot 250ml		Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa z grozkiem 100g 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Wędlina 20g (SOJ)	
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Makron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Dżem 30g	Ciasto babka 60g – 1 kawałek (GLU, JAJ)
	4- C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Chleb zwykły 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 25g (BIA)	Zupa grochowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot b/c 250ml	Kiwi 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Sałatka jarzynowa z grozkiem 100g 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Wędlina 20g (SOJ)	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
		539,5 kcal	102.5 kcal	836.3 kcal	75 kcal	251,8 kcal	

		<i>B 18.4 g</i> <i>T 29 g</i> <i>Wp 49.4 g</i> <i>F 5.2 g</i> <i>WW 5.1 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>B 9.5 g</i> <i>T 2.3 g</i> <i>Wp 12.3 g</i> <i>F 0 g</i> <i>WW 1.3(wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>B 41.7 g</i> <i>T 47.2 g</i> <i>Wp 55.4 g</i> <i>F 9.4 g</i> <i>WW 5.6 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>B 0.6 g</i> <i>T 0.6 g</i> <i>Wp 15.2 g</i> <i>F 3 g - błonnik</i> <i>WW 1.5 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>B 13.4 g</i> <i>T 10 g</i> <i>Wp 25.4 g</i> <i>F 3.6 g</i> <i>WW 2.6 (wymenniki węglowodanowe)</i>	
	A Z S	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Szynka wieprzowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL)</i> <i>Pałeczki gotowane 2szt.</i> <i>Ziemniaki 200g</i> <i>Bukiet warzyw gotowanych 150g</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Twarożek 60g (BIA)</i> <i>Salata 10g</i>	<i>Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)</i>
	1 5 0 0 k c al	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA)</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka wieprzowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>Zupa ziemniaczana 250ml (BIA, SEL)</i> <i>Makron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ)</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Twarożek 60g (BIA)</i> <i>Dżem 30g</i>	<i>Ciasto babka 60g – 1 kawałek (GLU, JAJ)</i>
	W E G E T A R	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA)</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Serek topiony 50g (BIA)</i>		<i>Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL)</i> <i>Makron z sosem truskawkowym 300g (GLU, JAJ)</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Salatka jarzynowa z groszkiem 100g 150g (BIA, JAJ, SEL,</i>	<i>Ciasto babka 60g – 1 kawałek (GLU, JAJ)</i>

	I A Ń S K A	Ogórek zielony 30g				GOR)	
2 0 2 5 - 0 6 - 2 2 n i e d z i e l a	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Pomidor 30g		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Schab pieczony 100g Sos 100g (SEL) Ziemniaki 200g <i>kapusta zasmażana</i> 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Papryka 30g	Gruszka 1 szt.
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Pomidor 30g	Budyń waniliowy 200ml (BIA)	Rosół z makaronem 400ml (GLU, SEL) Schab pieczony 130g Sos 100g (SEL) Ziemniaki 250g <i>kapusta zasmażana</i> 150g Kompot 250ml	Banan 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Gruszka 1 szt.
	L E K K O	Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU)		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Schab gotowany 100g Sos pietruszkowy 100g (SEL, GLU, BIA)		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA)	Gruszka 1 szt.

	S T R A W N A	Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Sałata 10g		Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Pomidor 30g	Budyń waniliowy b/cukru 200ml (BIA)	Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Schab pieczony 100g Sos 100g (SEL) Ziemniaki 200g <i>kapusta zasmażana</i> 150g Kompot b/c 250ml	Banan niedojrzały 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Gruszka 1 szt.
		430 kcal B 19.4 g T 16.6 g Wp 47.4 g F 4.9 g WW 4.8 (wymenniki węglowodanowe)	93 kcal B 1.8 g T 0 g Wp 21.3 g F 0 g WW 2.1 (wymenniki węglowodanowe)	757,2 kcal B 41.3 g T 18 g Wp 99.4 g F 11.9 g WW 8.8 (wymenniki węglowodanowe)	91 kcal B 6.7 g T 2.8 g Wp 0 g F 0 g - błonnik WW 0 (wymenniki węglowodanowe)	253 kcal B 13.5 g T 10.1 g Wp 25.8 g F 3.8 g WW 2.6 (wymenniki węglowodanowe)	

	A Z S	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Schab gotowany 100g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Gruszka 1 szt.
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Sałata 10g		Rosół z makaronem 250ml (GLU, SEL) Schab gotowany 100g Sos pietruszkowy 100g (SEL, GLU, BIA) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Gruszka 1 szt.
	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Pomidor 30g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Kotlet jajeczny 100g (GLU, JAJ, BIA) Puree ziemniaczane 200g (BIA) <i>kapusta zasmażana b/wędliny</i> 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Sałata 10g	Gruszka 1 szt.
20 25	P	Herbata 250 ml Zupa mleczna z grysikiem		Zupa serowa z grzankami 350ml (BIA,		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g	Kisiel owocowy 200ml

- 06 - 23 po ni ed zi a t ek	O D S T A W A	300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Jajecznica ze szczypiorkiem 100g (JAJ, BIA) Pomidor 30g		GLU, SEL) Gulasz po węgiersku 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot 250ml		(GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z grysiem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Jajecznica ze szczypiorkiem 100g (JAJ, BIA) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)	Zupa serowa z grzankami 400ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz po węgiersku 180g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 250g (GLU) Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Kisiel owocowy 200ml
	L E K O S T R A W N	Herbata 250 ml Zupa mleczna z grysiem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Kisiel owocowy 200ml

	A						
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z grysiem 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Jajecznica ze szczypiorkiem 100g (JAJ, BIA) Pomidor 30g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	Zupa serowa z grzankami 350ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz po węgiersku 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot b/c 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Kisiel owocowy b/c 200ml
		482.1 kcal B 29.5 g T 16.1 g Wp 52.9 g F 4.2 g WW 5.3 (wymenniki węglowodanowe)	209 kcal B 7.2 g T 10 g Wp 21.8 g F 1.7 g WW 2.2 (wymenniki węglowodanowe)	629,8 kcal B 36.8 g T 15.7 g Wp 79.6 g F 13.4 g WW 6.8 (wymenniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymenniki węglowodanowe)	366.4 kcal B 18.7 g T 20.7 g Wp 25.1 g F 3.5 g WW 2.5 (wymenniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Kisiel owocowy 200ml

				Kompot 250ml			
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z grysiem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g		Zupa koperkowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Kisiel owocowy 200ml
	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z grysiem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) Pomidor 30g		Zupa serowa z grzankami 350ml (BIA, GLU, SEL) Kaszotto z pieczarkami i papryką 300g (GLU) Sos śmietanowy 100g (BIA, GLU, SEL) Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Kisiel owocowy 200ml
2 0 2 5 - 0 6 -	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g		Zalewajka z ziemniakami 350ml (GLU, SEL) Naleśniki z jabłkiem i cukrem pudrem 2szt. (BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет drobiowy pieczony 70g (GLU, JAJ)	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)

2 4 w t o r e k		(SOJ) Pomidor 30g				Ogórek kiszony 30g	
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 25g (BIA)	Zalewajka z ziemniakami 400ml (GLU, SEL) Naleśniki z jabłkiem i cukrem pudrem 3szt. (BIA, GLU) Kompot 250ml	Gruszka 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasztet drobiowy pieczony 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 30g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopočka 50g (SOJ) Sałata 10g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
	C U K	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 250ml (BIA,	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA)	Zalewajka z ziemniakami 350ml (GLU, SEL)	Gruszka 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g	Budyń czekoladowy b/c 200ml (BIA)

	R Z Y C O W A	GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g	Ser żółty 25g (BIA)	Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g Kompot b/c 250ml		Masło 10g Paszтет drobiowy pieczony 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 30g	
		543,9 kcal B 28.1 g T 15.1 g Wp 72 g F 4.8 g WW 7.2 (wymenniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymenniki węglowodanowe)	750.7 kcal B 28 g T 28.9 g Wp 83.1 g F 22.2 g WW 7.2 (wymenniki węglowodanowe)	116.1 kcal B 2.5 g T 0.8 g Wp 23.3 g F 1.3 g – błonnik WW 2.3 (wymenniki węglowodano we)	358.3 kcal B 8.8 g T 23.8 g Wp 26 g F 3.9 g WW 2.6 (wymenniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Ryż z musem jabłkowym 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (BIA, GLU, SEL) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)

		(SOJ) Pomidor 30g					
	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g		Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 350ml (SEL) Naleśniki z jabłkiem i cukrem pudrem 2 szt. (BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA) Sałata 10g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
2 0 2 5 - 0 6 - 2 5	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Papryka 30g		Zupa <i>pieczarkowa</i> z makronem 350ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Palczki pieczone 2szt. Ziemniaki 200g Marchewka z groszkiem 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
ś r o d a	W Z B O G A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA)	Jabłko 1 szt.	Zupa <i>pieczarkowa</i> z makronem 400ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Palczki pieczone 3szt. Ziemniaki 250g Marchewka z groszkiem	Banan 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)

	C O N A	Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Papryka 30g		150g Kompot 250ml		wędzonej 80g (RYB) Pomidor 30g	
	L E K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa makaronowa 350ml (GLU, JAJ, SEL) Pączki gotowane 2szt. Sos pietruszkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ)Papryka 30g	Jabłko 1 szt.	Zupa pieczarkowa z makronem 350ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Pączki pieczone 2szt. Ziemniaki 200g Marchewka z groszkiem 150g Kompot 250ml	Banan niedojrzały 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Pomidor 30g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
		540 kcal B 20,9 g T 31,2 g	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g	714.1 kcal B 47.7 g T 15.7 g	91 kcal B 6.7 g T 2.8 g	313 kcal B 19.7 g T 13 g	

		Wp 42,8 g F 4.1 g - błonnik WW 4.3 (wymienniki węglowodanowe)	Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)	Wp 88.3 g F 12.8 g - błonnik WW 8.8 (wymiennik węglowodanowy)	Wp 0 g F 0 g - błonnik WW 0 (wymienniki węglowodanowe)	Wp 28 g F 3.5 g - błonnik WW 2.8 (wymienniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Pałeczki gotowane 2szt. Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Pałeczki gotowane 2szt. Sos pietruszkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
	W E G E T A R I A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Dżem 30g		Zupa pieczarkowa z makronem 350ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Kotlet warzywny 300g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Marchewka z groszkiem 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)

	Ń S K A						
2 0 2 5 - 0 6 - 2 6 c z w a r t e k	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g		Zupa kapuśniak z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Risotto z mięsem i jarzynami 300g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 30g	Gruszka 1szt.
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 25g (SOJ)	Zupa kapuśniak z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL) Risotto z mięsem i jarzynami 350g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100g Kompot 250ml	Galaretka owocowa 200g	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 30g	Gruszka 1szt.
	L E K K	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA)		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, SEL, GLU) Ryż z sosem mięsno –		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU)	Gruszka 1szt.

	O S T R A W N A	<i>Butka pszenna 65g (GLU)</i> <i>Chleb 40g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Serek kanapkowy 60g (BIA)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>warzywnym 300g (GLU, JAJ, SEL)</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Polędwica sopocka 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>	
	C U K R Z Y C O W A	<i>Herbata b/c 250 ml</i> <i>Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA)</i> <i>Butka grahamka 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Ser żółty 50g (BIA)</i> <i>Ogórek zielony 30g</i>	<i>Chleb razowy 40g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka drobiowa 25g (SOJ)</i>	<i>Zupa kapuśniak z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL)</i> <i>Risotto z mięsem i jarzynami 300g (GLU, JAJ)</i> <i>Sos pomidorowy 100g</i> <i>Kompot 250ml</i>	<i>Galaretka owocowa b/c 200g</i>	<i>Herbata b/c 250 ml</i> <i>Butka grahamka 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Polędwica sopocka 50g (SOJ)</i> <i>Pomidor 30g</i>	<i>Gruszka 1szt.</i>
		<i>543,9 kcal</i> <i>B 28.1 g</i> <i>T 15.1 g</i> <i>Wp 72 g</i> <i>F 4.8 g</i> <i>WW 7.2 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>75 kcal</i> <i>B 0.6 g</i> <i>T 0.6 g</i> <i>Wp 15.2 g</i> <i>F 3 g - błonnik</i> <i>WW 1.5 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>750.7 kcal</i> <i>B 28 g</i> <i>T 28.9 g</i> <i>Wp 83.1 g</i> <i>F 22.2 g</i> <i>WW 7.2 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>116.1 kcal</i> <i>B 2.5 g</i> <i>T 0.8 g</i> <i>Wp 23.3 g</i> <i>F 1.3 g – błonnik</i> <i>WW 2.3 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>358.3 kcal</i> <i>B 8.8 g</i> <i>T 23.8 g</i> <i>Wp 26 g</i> <i>F 3.9 g</i> <i>WW 2.6 (wymenniki węglowodanowe)</i>	
	A Z S	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Serek kanapkowy 60g</i>		<i>Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, SEL, GLU)</i> <i>Schab gotowany 100g</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i>	<i>Gruszka 1szt.</i>

		(BIA) Sałata 10g		Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (BIA, SEL, GLU) Ryż z sosem mięsno – warzywnym 300g (GLU, JAJ, SEL) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 30g	Gruszka 1szt.
	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Ogórek zielony 30g		Zupa kapuśniak z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Risotto z pieczarkami i jarzynami 300g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g	Gruszka 1szt.
2 0 2 5	P O D	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)		Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL) Jajko sadzone 1 szt. (JAJ)		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU)	Galaretka owocowa 200g

- 0 6 - 2 7 p i q t e k	S T A W A	<i> Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem i ogórkiem zielonym 80g (BIA) Pomidor 30g </i>		<i> Ziemniaki 200g Kalafior gotowany z bułką tartą 150g (GLU) Kompot 250ml </i>		<i> Masło 15g (BIA) Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g </i>	
	W Z B O G A C O N A	<i> Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem i ogórkiem zielonym 80g (BIA) Pomidor 30g </i>	Banan 1 szt.	<i> Zupa szczawiowa z ryżem 400ml (BIA, GLU, JAJ, SEL) Jajko sadzone 2 szt. (JAJ) Ziemniaki 250g Kalafior gotowany z bułką tartą 150g (GLU) Kompot 250ml </i>	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)	<i> Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g </i>	Galaretka owocowa 200g
	L E K K O S T R A W N A	<i> Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g </i>		<i> Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (SEL, BIA) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos jarzynowy 100g (SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml </i>		<i> Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g </i>	Galaretka owocowa 200g

	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem i ogórkiem zielonym 80g (BIA) Pomidor 30g	Banan niedojrzały 1 szt.	Zupa <i>szczawiowa z ryżem</i> 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL) Jajko sadzone 1szt. (JAJ) Ziemniaki 200g <i>Kalafior gotowany</i> z bułką tartą 150g (GLU) Kompot b/c 250ml	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Galaretka owocowa b/c 200g
		450 kcal B 24.6 g T 14.6 g Wp 53.9 g F 4.4 g WW 5.5(wymienniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)	697.1 kcal B 40.3 g T 14.6 g Wp 88.3 g F 19.3 g WW 8.9(wymienniki węglowodanowe)	102.5 kcal B 9.5 g T 2.3 g Wp 12.3 g F 0 g WW 1.3(wymienniki węglowodano we)	482.3 kcal B 19.5 g T 30.3 g Wp 31.9 g F 4.6 g WW 3.3(wymienniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Galaretka owocowa 200g
		Herbata 250 ml		Zupa krupnik z kaszą		Herbata 250 ml	Galaretka owocowa

	1500 kcal	<i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>jęczmienną 250ml (SEL, BIA)</i> <i>Pierś z kurczaka gotowana 100g</i> <i>Sos jarzynowy 100g (SEL)</i> <i>Ziemniaki 200g</i> <i>Marchew gotowana 150g</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka wieprzowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>	200g
	WEGETA	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Pasta twarogowa z koperkiem i ogórkiem zielonym 80g (BIA)</i> <i>Pomidor 30g</i>		<i>Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL)</i> <i>Jajko sadzone 1 szt. (JAJ)</i> <i>Ziemniaki 200g</i> <i>Kalafior gotowany z bułką tartą 150g (GLU)</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Serek topiony 50g (BIA)</i> <i>Ogórek zielony 30g</i>	Galaretka owocowa 200g
2025-06-02	PODSTAT	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU)</i> <i>Bułka pszenna 65g (GLU)</i> <i>Chleb 40g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Szynka gotowana 50g (SOJ)</i> <i>Pomidor 30g</i>		<i>Botwinka z ziemniakami 350ml (SEL)</i> <i>Makaron z kurczakiem, brokułem i sosem śmietanowo- serowym 300g (GLU, JAJ, BIA)</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka grahamka 80g (GLU)</i> <i>Chleb 40g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Ser żółty 50g (BIA)</i> <i>Ogórek zielony 30g</i>	Ciasto babka 60g (GLU, JAJ)

8 s o b o t a							
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g	Kiwi 1 szt.	Botwinka z ziemniakami 400ml (SEL) <i>Potrąwka z kurczaka 150g</i> <i>Ryz 200g</i> <i>Surówka z młodej kapusty 150g</i> Kompot 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Ciasto babka 60g (GLU, JAJ)
	2 0 2 4	L E K K O S T R A W N A		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) <i>Potrąwka z kurczaka 180g</i> <i>Ryz 220g</i> <i>Buraki gotowane 150g</i> Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	Ciasto babka 60g (GLU, JAJ)
	C U K R Z Y C O	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ)	Kiwi 1 szt.	Botwinka z ziemniakami 350ml (SEL) <i>Potrąwka z kurczaka 150g</i> <i>Ryz 200g</i> <i>Surówka z młodej kapusty 150g</i> Kompot b/c 250m	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Ogórek zielony 30g	Wafle ryżowe 3 szt.

	W A	Pomidor 30g					
		540 kcal B 20,9 g T 31,2 g Wp 42,8 g F 4.1 g - błonnik WW 4.3 (wymienniki węglowodanowe)	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)	714.1 kcal B 47.7 g T 15.7 g Wp 88.3 g F 12.8 g - błonnik WW 8.8 (wymienniki węglowodanowy)	91 kcal B 6.7 g T 2.8 g Wp 0 g F 0 g - błonnik WW 0 (wymienniki węglowodanowe)	313 kcal B 19.7 g T 13 g Wp 28 g F 3.5 g - błonnik WW 2.8 (wymienniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Palczki gotowane 2 szt. Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	Wafle ryżowe 3 szt.
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (BIA, GLU, SEL) <i>Potrawka z kurczaka 180g</i> <i>Ryz 220g</i> <i>Buraki gotowane 150g</i> (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	Ciasto babka 60g (GLU, JAJ)
	W E	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką		Botwinka z ziemniakami 350ml (SEL) Naleśniki z dżemem		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU)	Ciasto babka 60g (GLU, JAJ)

G E T A R I A Ń S K A	manną 250ml (BIA, GLU)		2szt. (BIA, GLU)		Masło 10g (BIA)	
	Masło 10g (BIA)		Kompot 250ml		Ser biały 60g (BIA)	
	Ser żółty 50g (BIA)				Ogórek zielony 30g	
	Pomidor 30g					

Jadłospis przygotowany przez Catering Food4Med