

Dzień		Śniadanie	Drugie śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
2025-11-05 - 04-11-2025 niedziela	P	Herbata 250 ml		Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL)		Herbata 250 ml	Ciasto babka 60g (GLU, JAJ)
	O	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (BIA)		Pierś z kurczaka panierowana 100g (GLU, JAJ)		Butka grahamka 80g (GLU)	
	D	Baton pszenny 80g (GLU)		Puree ziemniaczane 200g (BIA)		Chleb 40g (GLU)	
	S	Chleb 40g (GLU)		Surówka z kapusty pekińskiej z sosem winegret 150g (GOR)		Masło 15g (BIA)	
	T	Masło 15g (BIA)		Kompot 250ml		Baleron 50g (SOJ)	
	A	Jajko gotowane 25g (JAJ)				Salatka jarzynowa 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR)	
	W	Szynka gotowana 30g (SOJ)					
	O	Pomidor 30g					
	W						
	A						
	W	Herbata 250 ml	Gruszka 1szt.	Rosół z makaronem 400ml (GLU, JAJ, SEL)	Kisiel 200ml	Herbata 250 ml	Ciasto babka 60g (GLU, JAJ)
	Z	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (BIA)		Pierś z kurczaka panierowana 130g (GLU, JAJ)		Butka grahamka 80g (GLU)	
	B	Baton pszenny 80g (GLU)		Puree ziemniaczane 250g (BIA)		Chleb 60g (GLU)	
	O	Chleb 60g (GLU)		Surówka z kapusty pekińskiej z sosem winegret 150g (GOR)		Masło 15g (BIA)	
	G	Masło 15g (BIA)		Kompot 250ml		Baleron 50g (SOJ)	
	A	Jajko gotowane 25g (JAJ)				Salatka jarzynowa 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR)	
	C	Szynka gotowana 30g (SOJ)					
	O	Pomidor 30g					
	N						
	A						
	L	Herbata 250 ml		Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL)		Herbata 250 ml	Ciasto babka 60g (GLU, JAJ)
	E	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (BIA)		Pierś z kurczaka gotowana 100g		Butka grahamka 80g (GLU)	
	K	Baton pszenny 80g (GLU)		Puree ziemniaczane 200g (BIA)		Chleb 40g (GLU)	
	O	Chleb 40g (GLU)		Sos jarzynowy 100g		Masło 10g (BIA)	
	S	Masło 15g (BIA)				Szynka drobiowa 50g (SOJ)	
	T	Szynka gotowana 50g					

	R A W N A	(SOJ) Sałata 10g		(SEL) 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 płatkami owsianymi 250 ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Jajko gotowane 25g (JAJ) Szyńka gotowana 30g (SOJ) Pomidor 30g	Gruszka 1szt.	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka panierowana 100g (GLU, JAJ) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z kapusty pekińskiej z sosem winegret 150g (GOR) Kompot b/c 250ml	Kisiel b/c 200ml	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Baleron 50g (SOJ) Sałatka jarzynowa 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR)	Serek homogenizowany 1szt. (BIA)
		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 Baton pszenney 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA) Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Serek homogenizowany 1szt. (BIA)
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (BIA) Baton pszenney 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Jajko gotowane 25g (JAJ) Szynka gotowana 30g (SOJ) Pomidor 30g		Rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA) Sos jarzynowy 100g (SEL) Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ)) Sałata 10g	Ciasto babka 60g (GLU, JAJ)

	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (BIA) Baton pszenny 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Jajko gotowane 25g (JAJ) Ser żółty 30g (BIA) Pomidor 30g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Kotlet ziemniaczano-jarzynowy 100g (GLU, JAJ) Sos pieczarkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z kapusty pekińskiej z sosem winegret 150g (GOR) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek topiony 50g (BIA) Sałatka jarzynowa 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR)	Ciasto babka 60g (GLU, JAJ)

2025-04-21 poniedziałek	P	Herbata 250 ml		Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL)		Herbata 250 ml	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
	O	Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU)		Schab pieczony 100g		Bułka grahamka 80g (GLU)	
	D	Bułka pszenna 65g (GLU)		Sos pieczeniowy 100g (SEL)		Chleb 40g (GLU)	
	S	Chleb 40g (GLU)		Ziemniaki 200g		Masło 15g (BIA)	
	T	Masło 15g (BIA)		Surówka z pora, jabłka i marchewki 150g		Pasztet pieczony 70g (GLU, JAJ)	
	A	Polędwica wiśniowa 50g (SOJ)		Kompot 250ml		Ogórek kiszony 30g	
	W	Papryka 30g					
	O						
	W						
	A						
	W	Herbata 250 ml	Banan 1 szt.	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml (BIA, JAJ, GLU, SEL)	Jabłko 1szt.	Herbata 250 ml	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
	Z	Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU)		Schab pieczony 130g		Bułka grahamka 80g (GLU)	
	B	Bułka pszenna 65g (GLU)		Sos pieczeniowy 100g (SEL)		Chleb 60g (GLU)	
	O	Chleb 60g (GLU)		Ziemniaki 250g		Masło 15g (BIA)	
	G	Masło 15g (BIA)		Surówka z pora, jabłka i marchewki 150g		Pasztet pieczony 70g (GLU, JAJ)	
	A	Polędwica wiśniowa 50g (SOJ)		Kompot 250ml		Ogórek kiszony 30g	
	C	Papryka 30g					
	O						
	N						
	A						
	L	Herbata 250 ml		Zupa ryżowa 350ml (GLU, JAJ, SEL)		Herbata 250 ml	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
	E	Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU)		Schab gotowany 100g		Bułka grahamka 80g (GLU)	
	K	Bułka pszenna 65g (GLU)		Sos pietruszkowy 100g (BIA, GLU, SEL)		Chleb 40g (GLU)	
	O	Chleb 40g (GLU)		Ziemniaki 200g		Masło 10g (BIA)	
	S	Masło 15g (BIA)		Marchewka gotowana 150g		Szynka wieprzowa 50g (SOJ)	
	T	Polędwica wiśniowa 50g (SOJ)		Kompot 250ml		Salata 10g	
	R	Salata 10g					
	A						
	W						
	N						
	A						

C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Papryka 30g	Banan niedojrzały 1 szt.	Zupa pomidorowa z <i>ryżem</i> 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Schab pieczony 100g Sos pieczeniowy 100g (SEL) Ziemniaki 200g Surówka z pora, jabłka i marchewki 150g Kompot b/c 250ml	Jabłko 1szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (BIA) Masło 10g (BIA) Paszтет pieczony 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 30g	Budyń czekoladowy b/c 200ml (BIA)
	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) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa <i>ryżowa</i> 350ml (BIA, SEL) Schab gotowany 100g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Jabłko 1 szt.

1500 kcal	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 250 ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ryżowa 250ml (GLU, JAJ, SEL) Schab gotowany 100g Sos pietruszkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
WEGETARIANSKA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 250 ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g		Zupa pomidorowa z ryżem 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Kotlet z sera żółtego 100g (BIA, GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z pora, jabłka i marchewki 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek homogenizowany 1szt. (BIA)	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)

2025-04-22 wtorek	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. gryczanymi 300 ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Pomidor 30g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron spaghetti z mięsem mielonym 300g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. gryczanymi 300 ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Pomidor 30g	Galaretka owocowa 200ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL) Makaron spaghetti z mięsem mielonym 350g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL) Kompot 250ml	Gruszka 1szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.
	L E K K O S	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. gryczanymi 300 ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU)		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z sosem mięsno – warzywnym 300g (GLU, JAJ, SEL)		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka	Pomarańcze 1 szt.

24 w t	T R A W N A	Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g		Kompot 250ml		50g (SOJ) Sałata 10g	
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Pomidor 30g	Galaretka owocowa 200ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron spaghetti z mięsem mielonym 300g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL) Kompot b/c 250ml	Gruszka 1szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 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) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Pałeczki gotowane 2szt. Ziemniaki 200g marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	Gruszka 1 szt.
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g		Zupa koperkowa 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) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.
	W E G E T E R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Pomidor 30g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron ze szpinakiem i serem feta 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.
2 0	P O	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami		Zupa grochowa z ziemniakami 350ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka	Jogurt owocowy 1szt. (BIA)

25-04-2023 środa	D	kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szyńka gotowana 30g (SOJ) Ser żółty 20g (BIA) Ogórek kiszony 30g		(SEL) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 2 szt. (JAJ, BIA, GLU) Kompot 250ml		80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli 80g (RYB) Pomidor 30g	
	WZBOGACONA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szyńka gotowana 30g (SOJ) Ser żółty 20g (BIA) Ogórek kiszony 30g	Mandarynka 1szt.	Zupa grochowa z ziemniakami 400ml (SEL) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 3 szt. (JAJ, BIA, GLU) Kompot 250ml	Banan 1szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli 80g (RYB) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1szt. (BIA)
	LEKOST	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szyńka gotowana 50g		Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1szt. (BIA)

	R A W N A	(SOJ) Sałata 10g					
	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) Szynka gotowana 30g (SOJ) Ser żółty 20g (BIA) Ogórek kiszony 30g	Mandarynka 1szt.	Zupa grochowa z ziemniakami 350ml (SEL) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g Kompot b/c 250ml	Banan niedojrzały 1szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z makreli 80g (RYB) Pomidor 30g	Jogurt naturalny 1szt. (BIA)
		450 kcal B 24.6 g T 14.6 g Wp 53.9 g F 4.4 g WW 5.5 (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)	697.1 kcal B 40.3 g T 14.6 g Wp 88.3 g F 19.3 g WW 8.9 (wymenniki węglowodanowe)	102.5 kcal B 9.5 g T 2.3 g Wp 12.3 g F 0 g WW 1.3 (wymenniki węglowodanowe)	482.3 kcal B 19.5 g T 30.3 g Wp 31.9 g F 4.6 g WW 3.3 (wymenniki węglowodanowe)	

	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Ryż z musem jabłkowym 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1szt. (BIA)
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa 250ml (BIA, GLU, SEL) Ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1szt. (BIA)
	W E G E T A R I A N S K A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g		Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 2 szt. (JAJ, BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z makreli 80g (RYB) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1szt. (BIA)
2		Herbata 250 ml		Kapuśniak z białej		Herbata 250 ml	Budyń waniliowy

0 2 5 - 0 4 - 2 4 c z w a r t e k	P O S T A W A	<i>Butka pszenna 65g (GLU)</i> <i>Chleb 40g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Szynka z kurczaka 50g (SOJ)</i> <i>Pomidor 30g</i>		<i>kapusty z ziemniakami 350ml (SEL)</i> <i>Kotlet mielony drobiowy z jarzynami smażony 100g (GLU, JAJ)</i> <i>Ziemniaki 200g</i> <i>Surówka z buraczków i jabłka 150g</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Butka grahamka 80g (GLU)</i> <i>Chleb 40g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Serek topiony 50g (BIA)</i> <i>Ogórek zielony 30g</i>	<i>200ml (BIA)</i>
	W Z B O G A C O N A	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 65g (GLU)</i> <i>Chleb 60g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Szynka z kurczaka 50g (SOJ)</i> <i>Pomidor 30g</i>	<i>Chleb razowy 40g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Ser żółty 20g (BIA)</i>	<i>Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (SEL)</i> <i>Kotlet mielony drobiowy z jarzynami smażony 130g (GLU, JAJ)</i> <i>Ziemniaki 250g</i> <i>Surówka z buraczków i jabłka 150g</i> <i>Kompot 250ml</i>	<i>Mandarynka 1szt.</i>	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka grahamka 80g (GLU)</i> <i>Chleb 60g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Serek topiony 50g (BIA)</i> <i>Ogórek zielony 30g</i>	<i>Budyń waniliowy 200ml (BIA)</i>
	L E K K O S T R A W N	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 65g (GLU)</i> <i>Chleb 40g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Szynka z kurczaka 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>Zupa ziemniaczana 350ml (SEL)</i> <i>Pulpet drobiowy z jarzynami 100g (GLU, JAJ)</i> <i>Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, SEL)</i> <i>Ziemniaki 200g</i> <i>Buraczki gotowane 150g</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka grahamka 80g (GLU)</i> <i>Chleb 40g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Ser biały 60g (BIA)</i> <i>Salata 10g</i>	<i>Budyń waniliowy 200ml (BIA)</i>

	A						
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g Szyńka z kurczaka 50g (SOJ) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 20g (BIA)	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 350ml (SEL) Kotlet mielony drobiowy z jarzynami smażony 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z buraczków i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Mandarynka 1szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Budyń waniliowy b/c 200ml (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 węglowodanowe)	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) Szynka z kurczaka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (SEL) Schab gotowany 100g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	Jabłko 1szt.
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z kurczaka 50g (SOJ) Pomidor 30g		Zupa ziemniaczana 250ml (SEL) Pulpet drobiowy z jarzynami 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	Budyń waniliowy 200ml (BIA)

	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g		Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 350ml (SEL) Kotlet z pieczarek 100g (SEL) Ziemniaki 200g Surówka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Ogórek zielony 30g	Budyń waniliowy 200ml (BIA)
2 0 2 5 - 0 4 - 2 5 p i q t e k	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Papryka 30g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.
	W Z B O G A C O	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g	Kisiel owocowy 200ml	Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 130g (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki 250g Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką 150g	Jogurt owocowy 1szt. (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.

	N A	(SOJ) Papryka 30g		Kompot 250ml			
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 300ml (BIA, GLU) 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 Ziemniaki 200g Sos jarzynowy 150g (SEL) Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Sałata 10g	Gruszka 1 szt.
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Papryka 30g	Kisiel owocowy b/cukru 200ml	Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszanej z marchewką 150g Kompot b/c 250ml	Jogurt naturalny 1szt. (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.

		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 węglowodanowe)	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 ryżowa 350ml (SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Sałata 10g	Gruszka 1 szt.
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 250ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g		Zupa grysikowa 250ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Sos jarzynowy 150g (SEL) Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Sałata 10g	Gruszka 1 szt.

	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 250ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Jajko gotowane 1szt. (JAJ) Papryka 30g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszonej z marchewką 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.
2 0 2 5 - 0 4 - 2 6 s	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami czekoladowymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Kluski na parze z sosem truskawkowym 3szt. (GLU, JAJ) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g	Babka piaskowa 60g (GLU, JAJ, BIA)
o b o t a 2 0	W Z B O G A C	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami czekoladowymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Mielonka tyrolska 50g (SOJ)	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 20g (BIA)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL) Kluski na parze z sosem truskawkowym 4szt. (GLU, JAJ) Kompot 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g	Babka piaskowa 60g (GLU, JAJ, BIA)

2 4 - 0 7 - 0 6	O N A	Ogórek zielony 30g					
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami czekoladowymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, BIA) Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Babka piaskowa 60g (GLU, JAJ, BIA)
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami czekoladowymi 250ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 20g (BIA)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot b/c 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g	Pomarańcza 1szt.

		539,5 kcal B 18.4 g T 29 g Wp 49.4 g F 5.2 g WW 5.1 (wymenniki węglowodanowe)	102.5 kcal B 9.5 g T 2.3 g Wp 12.3 g F 0 g WW 1.3(wymenniki węglowodanowe)	836.3 kcal B 41.7 g T 47.2 g Wp 55.4 g F 9.4 g WW 5.6 (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)	251,8 kcal B 13.4 g T 10 g Wp 25.4 g F 3.6 g WW 2.6 (wymenniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, BIA) Ryż z musem jabłkowym 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Jabłko 1 szt.
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Zupa mleczna z płatkami czekoladowymi 250ml (BIA, GLU) Szynka z indyka 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g		Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (GLU, SEL, BIA) Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Babka piaskowa 60g (GLU, JAJ, BIA)

	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Zupa mleczna z płatkami czekoladowymi 250ml (BIA, GLU) Serek topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 30g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Kluski na parze z sosem truskawkowym 3szt. (GLU, JAJ) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 50g (BIA) Pomidor 30g	Babka piaskowa 60g (GLU, JAJ, BIA)
2 0 2 5 - 0 4 - 2 7 n i e d z i e l a	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g		Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL) Karczek pieczony w sosie 100g/100g (SEL) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z jarzyn mieszanych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	W Z B O G A C O	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA)	Galaretka owocowa 200g	Rosół z makaronem 400ml (GLU, JAJ, SEL) Karczek pieczony w sosie 130g/100g (SEL) Puree ziemniaczane 250g (BIA) Surówka z jarzyn mieszanych 150g	Banan 1szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)

	N A	Papryka 30g		Kompot 250ml			
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Sałata 10g		Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL) Schab gotowany 100g Sos jasny 100g (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Buraki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Połudwica wiśniowa 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 płatkami owsianymi 250ml (GLU, BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g	Galaretka owocowa b/c 200g	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL) Karczek pieczony w sosie 100g/100g (SEL) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z jarzyn mieszanych 150g Kompot b/c 250ml	Banan niedojrzały 1szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Połudwica wiśniowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Jogurt naturalny 1szt. (BIA)

		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 Puree ziemniaczane 200g (BIA) Buraki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt naturalny 1szt. (BIA)
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Sałata 10g		Rosół z makaronem 250ml (GLU, SEL) Schab gotowany 100g Sos jasny 100g (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Buraki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)

	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Kotlet z sera żółtego i pieczarek 100g (JAJ, GLU, BIA) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z jarzyn mieszanych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twaróg 60g (BIA) Dżem 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
2 0 2 5 - 0 4 - 2 8 p o n i e d z i a t	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Jajecznica ze szczypiorkiem 100g (JAJ, BIA) Pomidor 30g		Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ryż 200g Surówka z tartej marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет pieczony 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 30g	Kisiel 200ml
	W Z B O G A C O	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Jajecznica ze	Serek wiejski 1szt. (BIA)	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL) Potrawka drobiowa 180g (GLU, SEL) Ryż 250g Surówka z tartej marchewki i jabłka	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет pieczony 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 30g	Kisiel owocowy 200ml

e k	N A	szczypiorkiem 100g (JAJ, BIA) Pomidor 30g		150g Kompot 250ml			
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek z ziołami 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ryż 200g <i>buraki gotowane</i> 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Kisiel owocowy 200ml
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Jajecznica ze szczypiorkiem 100g (JAJ, BIA) Pomidor 30g	Serek wiejski 1szt. (BIA)	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ryż brązowy 200g Surówka z tartej marchewki i jabłka 150g Kompot 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Paszтет pieczony 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 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) Twarożek z ziołami 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Pałeczki gotowane 2 szt. Ziemniaki 200g buraki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Kisiel owocowy 200ml
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z ziołami 60g (BIA) Pomidor 30g		Zupa grysikowa 250ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ryż 200g buraki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 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 płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Jajecznica ze szczypiorkiem 100g (JAJ, BIA) Pomidor 30g		Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Risotto z groszkiem, warzywami i pieczarkami w sosem pomidorowym 300g (BIA, GLU, SEL) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Sałata 10g	Kisiel owocowy 200ml
2 0 2 5 - 0 4 - 2 9	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g		Zupa fasolowa 350ml (SEL) Naleśniki z serem twarogowym i cukrem pudrem 2szt. (BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Ogórek zielony 30g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
w t o r e k	W Z B O G A C O N	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 30g (SOJ)	Zupa fasolowa 400ml (SEL) Naleśniki z serem twarogowym i cukrem pudrem 2szt. (BIA, GLU) Kompot 250ml	Banan 1szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Ogórek zielony 30g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)

	A						
	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) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z serem twarogowym 300g (BIA, GLU, JAJ) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
	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) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 30g (SOJ)	Zupa fasolowa 350ml (SEL) Makaron z serem twarogowym 300g (BIA, GLU, JAJ) Kompot b/c 250ml	Banan niedojrzały 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g Masło 10g Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Ogórek zielony 30g	Budyń czekoladowy b/c 200ml (BIA)

		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 węglowodanowe)	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 350ml (BIA, GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Buraki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	Banan 1 szt.
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa 250ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z serem twarogowym 300g (BIA, GLU, JAJ) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)

2025-03-03 odśronda	W E G E T A R I A N S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g		Zupa fasolowa 350ml (SEL) Naleśniki z serem twarogowym i cukrem pudrem 2szt. (BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
	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 konserwowa 50g (SOJ) Pomidor 30g		Zupa serowa z grzankami 350ml (GLU, SEL, BIA) Pączeczki pieczone 2szt. Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Mandarynka 1szt.
	W Z B O G A C	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA)	Jabłko 1szt.	Zupa serowa z grzankami 400ml (GLU, SEL, BIA) Pączeczki pieczone 3szt. Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty 150g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ)	Mandarynka 1szt.

	O N A	Szynka konserwowa 50g (SOJ) Pomidor 30g		Kompot 250ml		Ogórek kiszony 30g	
	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 z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ryżem 350ml (GLU, SEL, BIA) Pączki gotowane 2szt. Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Mandarynka 1szt.

	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Jabłko 1szt.	Zupa serowa z grzankami 350ml (GLU, SEL, BIA) Pączeczki pieczone 2szt. Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot b/c 250ml	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Mandarynka 1szt.
		430 kcal B 19.4 g T 16.6 g Wp 47.4 g F 4.9 g WW 4.8 (wymienniki węglowodanowe)	93 kcal B 1.8 g T 0 g Wp 21.3 g F 0 g WW 2.1 (wymienniki węglowodanowe)	757,2 kcal B 41.3 g T 18 g Wp 99.4 g F 11.9 g WW 8.8 (wymienniki węglowodanowe)	91 kcal B 6.7 g T 2.8 g Wp 0 g F 0 g - błonnik WW 0 (wymienniki węglowodano we)	253 kcal B 13.5 g T 10.1 g Wp 25.8 g F 3.8 g WW 2.6 (wymienniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ryżem 350ml (GLU, SEL, BIA) Pączeczki gotowane 2szt. Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Wafle ryżowe 30g

- O 1 c z w a r t e k	A	Pasta twarogowa z rzodkiewką 80g (BIA) Ogórek zielony 30g		kiszonych 150g Kompot 250ml		Papryka 30g	
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa z rzodkiewką 80g (BIA) Ogórek zielony 30g	Galaretka owocowa 200g	Zupa Solferino 400ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy 180g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 250g (GLU) Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot 250ml	Budyń waniliowy 200ml (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Papryka 30g	Banan 1szt.
	L E K K O S T R A W N A	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		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU, SEL, BIA) Kasza jęczmienna 200g (GLU) Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Banan 1szt.

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 rzodkiewką 80g (BIA) Ogórek zielony 30g	Galaretka owocowa b/c 200g	Zupa Solferino 350ml (GLU, SEL) Gulasz wieprzowy 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot b/c 250ml	Budyń waniliowy b/c 200ml (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Papryka 30g	Banan niedojrzały 1szt.
	543,9 kcal B 28.1 g T 15.1 g Wp 72 g F 4.8 g WW 7.2 (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)	750.7 kcal B 28 g T 28.9 g Wp 83.1 g F 22.2 g WW 7.2 (wymienniki węglowodanowe)	116.1 kcal B 2.5 g T 0.8 g Wp 23.3 g F 1.3 g – błonnik WW 2.3 (wymienniki węglowodano we)	358.3 kcal B 8.8 g T 23.8 g Wp 26 g F 3.9 g WW 2.6 (wymienniki węglowodanowe)	
A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Schab gotowany 100g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Banan 1szt.

	1500kcal	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Ogórek zielony 30g		Zupa ziemniaczana 250ml (BIA, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU, SEL, BIA) Kasza jęczmienna 200g (GLU) Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Banan 1szt.
	WEGTARAŃSKA	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa z rzodkiewką 80g (BIA) Ogórek zielony 30g		Zupa Solferino 350ml (GLU, SEL) Leczo z papryki i pomidorów 150g Kasza jęczmienna 200g (GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BAI) Papryka 30g	Banan 1szt.
2025-05-0	PODZIAŁ	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ)		Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL) Jajko sadzone 1szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Serek homogenizowany 1szt. (BIA)

2 p i q t e k		Pomidor 30g					
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.	Zupa szczawiowa z ryżem 400ml (BIA, GLU, SEL) Jajko sadzone 2szt. (JAJ) Ziemniaki 250g Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (GLU) Kompot 250ml	Kisiel owocowy 200ml	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Serek homogenizowany 1szt. (BIA)
	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 jarzynowa z drobnym makaronem 350ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Pulpet drobiowy gotowany 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100g (SEL, GLU, BIA) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Serek homogenizowany 1szt. (BIA)

	C U K R Z Y C O W A	<i>Herbata b/c 250 ml</i> <i>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA)</i> <i>Butka grahamka 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka wieprzowa 50g (SOJ)</i> <i>Pomidor 30g</i>	<i>Gruszka 1 szt.</i>	<i>Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL)</i> <i>Jajko sadzone 1szt. (JAJ)</i> <i>Ziemniaki 200g</i> <i>Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (GLU)</i> <i>Kompot b/c 250ml</i>	<i>Kisiel owocowy b/c 200ml</i>	<i>Herbata b/c 250 ml</i> <i>Butka grahamka 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</i> <i>Ogórek zielony 30g</i>	<i>Serek homogenizowany 1szt. (BIA)</i>
		<i>534,3 kcal</i> <i>B 17.6 g</i> <i>T 28.5 g</i> <i>Wp 49.8 g</i> <i>F 5.8 g</i> <i>WW 5 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>181,5 kcal</i> <i>B 4.5 g</i> <i>T 1.5 g</i> <i>Wp 35.7 g</i> <i>F 3.8 g</i> <i>WW 3.6 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>557,9 kcal</i> <i>B 31.6 g</i> <i>T 9.8 g</i> <i>Wp 78.6 g</i> <i>F 12.4 g</i> <i>WW 8 (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>287.7 kcal</i> <i>B 10.1 g</i> <i>T 14.4 g</i> <i>Wp 28.1 g</i> <i>F 3.8 g</i> <i>WW 2.8 (wymenniki węglowodanowe)</i>	

	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Serek homogenizowany 1szt. (BIA)
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z drobnym makaronem 250ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Pulpet drobiowy gotowany 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 50g (SEL, BIA, GLU) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Serek homogenizowany 1szt. (BIA)

	W E G E T A R I A N S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Pomidor 30g		Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL) Jajko sadzone 1szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Serek homogenizowany 1szt. (BIA)
2 0 2 5 - 0 5 - 0 3 s	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g		Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z kurczakiem i sosem śmietanowo-serowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Surówka Ciesław 150g (JAJ, GOR) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka ryżowa z wędliną, ogórkiem, papryką i koperkiem 150g (JAJ, GOR)	Banan 1szt.
o b o t a	W Z B O G A C O N	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	Jabłko 1szt.	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z kurczakiem i sosem śmietanowo-serowym 350g (GLU, JAJ, BIA) Surówka Ciesław 150g (JAJ, GOR)	Jogurt owocowy 1szt. (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka ryżowa z wędliną, ogórkiem, papryką i koperkiem 150g (JAJ, GOR)	Banan 1szt.

	A			Kompot 250ml			
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z kurczakiem i delikatnym sosem śmietanowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Bukiet jarzyn gotowanych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Połędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Banan 1szt.
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g	Jabłko 1szt.	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z kurczakiem i sosem śmietanowo- serowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Surówka Colesław 150g (JAJ, GOR) Kompot b/c 250ml	Jogurt naturalny 1szt. (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Sałatka ryżowa z wędliną, ogórkiem, papryką i koperkiem 150g (JAJ, GOR)	Pomarańcza 1szt.

		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 węglowodanowe)	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) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Palczki gotowane 2 szt. Ziemniaki 200g Bukiet jarzyn gotowanych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Banan 1szt.
	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 koperkowa z ziemniakami 250ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z kurczakiem i delikatnym sosem śmietanowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Bukiet jarzyn gotowanych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Banan 1szt.

W E G E T A R I A Ń S K A	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Serek topiony 50g (BIA)</i> <i>Pomidor 30g</i>		<i>Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL)</i> <i>Kluski leniwe 300g (GLU)</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Salatka ryżowa z ogórkiem, papryką i koperkiem 150g (JAJ, GOR)</i> <i>Ser żółty 30g (BIA)</i>	<i>Banan 1szt.</i>
---	--	--	--	--	--	--------------------

Jadłospis przygotowany przez Catering Food4Med