

Dzień		Śniadanie	Drugie śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
2025-05-03 niedziela	P	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (BIA, GLU)		Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony 100g Sos pieczeniowy 100g (SEL) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z pora, jabłka i marchewki 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Gruszka 1 szt.
	D	Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Parówki na ciepło 2szt. (SOJ) Ketchup 20g Pomidor 30g					
	T						
	A						
	W						
	O						
	W						
	A						
	W						
	Z	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Parówki na ciepło 2szt. (SOJ) Ketchup 20g Pomidor 30g	Serek waniliowy 1 szt. (BIA)	Rosół z makaronem 400ml (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony 130g Sos pieczeniowy 100g (SEL) Puree ziemniaczane 250g (BIA) Surówka z pora, jabłka i marchewki 150g Kompot 250ml	Pomarańcze 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Gruszka 1 szt.
	B						
	O						
	G						
	A						
	C						
	O						
	N						
	A						
	L	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA)		Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL) Schab gotowany 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA) Sos jarzynowy 100g (SEL)		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Kiełbasa drobiowa 50g (SOJ)	Gruszka 1 szt.
	E						
	K						
	K						
	O						
	S						
	T						

	R A W N A	Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Marchewka gotowana 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, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Parówki na ciepło 2szt. (SOJ) Ketchup 20g Pomidor 30g	Serek naturalny 1szt. (BIA)	Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony 100g Sos pieczeniowy 100g (SEL) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z pora, jabłka i marchewki 150g Kompot b/c 250ml	Pomarańcze 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 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 (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 pszenny 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Schab gotowany 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA) Marchewka gotowana 150g		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Kiełbasa drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Gruszka 1 szt.

				Kompot 250ml			
	1500 kcal	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL) Schab gotowany 100g Puree ziemniaczane 200g (BIA) Marchewka gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Kiełbasa drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Gruszka 1 szt.
	WEGE TARA Niska	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Pomidor 30g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Kotlet z sera żółtego z pieczarkami 100g (JAJ, GLU, BIA) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z pora, jabłka i marchewki 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Gruszka 1 szt.
2025-03-03.	PODSTAWA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA)		Zupa koperkowa ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron spaghetti z mięsem mielonym 300g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL)		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)

2 4 p o n i e d z i a ł e k	W A	Papryka 30g		Kompot 250ml			
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300 ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Papryka 30g	Kisiel 200ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL) Makaron spaghetti z mięsem mielonym 350g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL) Kompot 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Jogurt owocowy 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 kaszką manną 300 ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, BIA) Makaron z sosem mięsno – warzywnym 300g (GLU, JAJ, SEL) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	C U K	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU)	Kisiel b/c 200ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, BIA)	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (BIA)	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)

	R Z Y C O W A	Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Papryka 30g		Makaron spaghetti z mięsem mielonym 300g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL) Kompot b/c 250ml		Masło 10g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	
		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 węglowodano we)	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) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, BIA) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
	1 5 0 0 k	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250 ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA)		Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (GLU, SEL, BIA) Makaron z sosem mięsno – warzywnym		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)

	c al	Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g		300g (GLU, JAJ, SEL) Kompot 250ml		50g (SOJ) Sałata 10g	
	W E G E T A R I A N S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250 ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Papryka 30g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, BIA) Makaron ze szpinakiem i serem feta 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek homogenizowany naturalny 150g (BIA) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
2 0 2 5 - 0 3 - 2 5	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) Ser żółty 25g (BIA) Wędlina 25g (SOJ) Ogórek zielony 30g		Krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Pączeczki pieczone 2 szt. Ziemniaki 200g Surówka z jarzyn mieszanych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Pomidor 30g	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)
w t o r e k	W Z B O G A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. gryczanymi 300 ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA)	Budyń waniliowy 200ml (BIA)	Krupnik z kaszą jęczmienną 400ml (GLU, SEL, BIA) Pączeczki pieczone 3 szt. Ziemniaki 250g Surówka z jarzyn	Banan 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)

	C O N A	Ser żółty 25g (BIA) Wędlina 25g (SOJ) Ogórek zielony 30g		mieszanych 150g Kompot 250ml		wędzonej 80g (RYB) Pomidor 30g	
	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) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Pałeczki gotowane 2szt. Sos jasny 100g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 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. gryczanymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Ser żółty 25g (BIA) Wędlina 25g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Budyń waniliowy b/cukru 200ml (BIA)	Krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Pałeczki pieczone 2 szt. Ziemniaki 200g Surówka z jarzyn mieszanych 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) Polędwica sopocka 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) Szynka gotowana 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. gryczanymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Krupnik z kaszą jęczmienną 2500ml (GLU, SEL) Pałeczki gotowane 2szt. Sos jasny 100g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)
	W	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU)		Krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU,		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g	Herbatniki 30g (GLU, JAJ, BIA)

	E G E T E R I A Ń S K A	Zupa mleczna z pł. gryczanymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g		SEL, BIA) Kotlet ziemniaczano- jarzynowy 100g (JAJ, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Surówka z jarzyn mieszanych 150g Kompot 250ml		(GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Pomidor 30g	
2 0 2 5 - 0 3 - 2 6 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		Barszcz ukraiński z fasolką 350ml (GLU, SEL) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 2 szt. (JAJ, BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)
	W Z B O G A C	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Masło 15g (BIA)	Gruszka 1 szt.	Barszcz ukraiński z fasolką 400ml (GLU, SEL) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 3szt. (JAJ, BIA, GLU) Kompot 250ml	Pomarańcze 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)

	O N A	<i>Polędwica Ani 25g (SOJ)</i> <i>Jajko gotowane ½ szt. (JAJ)</i> <i>Pomidor 30g</i>					
	L E K K O S T R A W N A	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 65g (GLU)</i> <i>Chleb 40g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł.</i> <i>kukurydzianymi 300ml</i> <i>(BIA)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Polędwica Ani 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>Zupa jarzynowa z</i> <i>ziemniakami 350ml</i> <i>(BIA, SEL, GLU)</i> <i>Ryż z musem jabłkowym</i> <i>i cynamonem 300g</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka grahamka 80g</i> <i>(GLU)</i> <i>Chleb 40g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka z indyka 50g</i> <i>(SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>	<i>Serek</i> <i>homogenizowany 1</i> <i>szt. (BIA)</i>
	C U K R Z Y C O W A	<i>Herbata b/c 250 ml</i> <i>Bułka grahamka 50g</i> <i>(GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł.</i> <i>kukurydzianymi 250ml</i> <i>(BIA)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Polędwica Ani 25g (SOJ)</i> <i>Jajko gotowane ½ szt. (JAJ)</i> <i>Pomidor 30g</i>	<i>Gruszka 1 szt.</i>	<i>Barszcz ukraiński z</i> <i>fasolą 350ml (GLU, SEL)</i> <i>Ryż brązowy z jabłkiem i</i> <i>cynamonem 300g</i> <i>Kompot b/c 250ml</i>	<i>Pomarańcze 1</i> <i>szt.</i>	<i>Herbata b/c 250 ml</i> <i>Bułka grahamka 50g</i> <i>(GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Ser żółty 50g (BIA)</i> <i>Papryka 30g</i>	<i>Serek</i> <i>homogenizowany 1</i> <i>szt. (BIA)</i>
		<i>450 kcal</i> <i>B 24.6 g</i> <i>T 14.6 g</i> <i>Wp 53.9 g</i>	<i>75 kcal</i> <i>B 0.6 g</i> <i>T 0.6 g</i> <i>Wp 15.2 g</i>	<i>697.1 kcal</i> <i>B 40.3 g</i> <i>T 14.6 g</i> <i>Wp 88.3 g</i>	<i>102.5 kcal</i> <i>B 9.5 g</i> <i>T 2.3 g</i> <i>Wp 12.3 g</i>	<i>482.3 kcal</i> <i>B 19.5 g</i> <i>T 30.3 g</i> <i>Wp 31.9 g</i>	

		<i>F 4.4 g WW 5.5(wymienniki węglowodanowe)</i>	<i>F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)</i>	<i>F 19.3 g WW 8.9(wymienniki węglowodanowe)</i>	<i>F 0 g WW 1.3(wymienniki węglowodanowe)</i>	<i>F 4.6 g WW 3.3(wymienniki węglowodanowe)</i>	
	<i>A Z S</i>	<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g</i>		<i>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, SEL, GLU) Ryż z musem jabłkowym 300g Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g</i>	<i>Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)</i>
	<i>1 5 0 0 k c al</i>	<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Pomidor 30g</i>		<i>Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (BIA, SEL, GLU) Ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g</i>	<i>Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)</i>
	<i>W E G E T A R</i>	<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Serek wiejski 150g (BIA)</i>		<i>Barszcz ukraiński z fasolą 350ml (GLU, SEL) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 2 szt. (JAJ, BIA, GLU) Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g</i>	<i>Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)</i>

	I A Ń S K A	Pomidor 30g					
2 0 2 5 - 0 3 - 2 7	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Baleron 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g		Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Stek z cebulką 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Pomidor 30g	Jabłko 1szt.
c z w a r t e k	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) Baleron 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Galaretka owocowa 200g	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Stek z cebulką 130g (GLU, JAJ) Ziemniaki 250g Surówka z buraczków i jabłka 150g Kompot 250ml	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Pomidor 30g	Jabłko 1szt.
	L E K K	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU)		Zupa makaronowa 350ml (GLU, SEL, JAJ) Pulpet drobiowy gotowany 100g (GLU) Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, SEL)		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z	Jabłko 1szt.

	O S T R A W N A	Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		koperkiem 60g (BIA) Sałata 10g	
	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) Baleron 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Galaretka owocowa b/cukru 200g	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Stek z cebulką 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z buraczków i jabłka 150g Kompot b/c 250ml	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z koperkiem 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 (wymenniki węglowodanowy)	91 kcal B 6.7 g T 2.8 g Wp 0 g F 0 g - błonnik WW 0 (wymenniki węglowodanowe)	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) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (GLU, SEL, BIA) Schab gotowany 100g 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	
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa makaronowa 250ml (GLU, SEL, JAJ) Pulpet drobiowy 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.
	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Jajko 1 szt. (JAJ) Ogórek zielony 30g		Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Kaszotto z groszkiem i pieczarkami 300g (GLU) Sos śmietanowy 150g (BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Pomidor 30g	Jabłko 1szt.
2 0 2 5 - 0 3	P O D S T A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA)		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszanej z marchewką		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g	Banan 1 szt.

- 2 8 p i q t e k 2 0 2 4 - 1 0 - 1 1 p i q t e k	W A	Papryka 30g		150g Kompot 250ml		(JAJ, BIA) Pomidor 30g	
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) 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 kapusty kiszzonej z marchewką 150g Kompot 250ml	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (JAJ, BIA) Pomidor 30g	Banan 1 szt.
	L E K 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) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos jarzynowy 150g (SEL, GLU) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) <i>Szynka drobiowa</i> 50g (BIA) Sałata 10g	Banan 1 szt.
	C U K R Z	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU)	Gruszka 1 szt.	Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g	Budyń czekoladowy b/c 200ml (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta jajeczna ze	Banan niedojrzały 1 szt.

	Y C O W A	Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g		Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką 150g Kompot b/c 250ml		szczypiorkiem 80g (JAJ, BIA) 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 ziemniaczana 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) <i>Szynka drobiowa</i> 50g (BIA) Sałata 10g	Banan 1 szt.
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa grysikowa 250ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos jarzynowy 150g (SEL, GLU) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) <i>Szynka drobiowa</i> 50g (BIA) Pomidor 30g	Banan 1 szt.

				Kompot 250ml			
	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszanej z marchewką 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (JAJ, BIA) Pomidor 30g	Banan 1 szt.
2 0 2 5 - 0 3 - 2 9 s o b o t a	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) Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g		Zupa grochowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makron z truskawkami 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa z grozkiem konserwowym 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Wędlina 20g (SOJ)	Babka 80g
	W Z B	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU)	Chleb zwykły 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 25g (BIA)	Zupa grochowa z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL) Makron z truskawkami 350g	Pomarańcze 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA)	Babka 80g

4-10	O G A C O N A	Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g		Kompot 250ml		Salatka jarzynowa z groszkiem konserwowym 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 drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Dżem 30g Sałata 10g	Babka 80g
	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 20g (BIA)	Zupa grochowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Makaron pełnoziarnisty z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot b/c 250ml	Pomarańcze 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Salatka jarzynowa z groszkiem konserwowym 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Wędlina 20g (SOJ)	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
		539,5 kcal B 18.4 g T 29 g	102.5 kcal B 9.5 g T 2.3 g	836.3 kcal B 41.7 g T 47.2 g	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g	251,8 kcal B 13.4 g T 10 g	

		Wp 49.4 g F 5.2 g WW 5.1 (wymienniki węglowodanowe)	Wp 12.3 g F 0 g WW 1.3(wymienniki węglowodanowe)	Wp 55.4 g F 9.4 g WW 5.6 (wymienniki węglowodanowe)	Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki węglowodanowe)	Wp 25.4 g F 3.6 g WW 2.6 (wymienniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Schab gotowany 100g Ziemniaki 200g Bukiet warzyw gotowanych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Sałata 10g	Jogurt naturalny 1 szt. (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 drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Dżem 30g Sałata 10g	Babka 80g
	W E G E T A R I	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA)Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 30g		Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (BIA, GLU, SEL) Makron z truskawkami 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Sałatka jarzynowa z groszkiem konserwowym 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR)	Babka 80g

	A Ń S K A					Ser żółty 20g (BIA)	
2 0 2 5 - 0 3 - 3 0 n	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) Papryka 30g		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka panierowana 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.
i e d z i e l a	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) Papryka 30g	Budyń waniliowy 200ml (BIA)	Rosół z makaronem 400ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka panierowana 130g (GLU, JAJ) Ziemniaki 250g Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml	Banan 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.
	L E K K O S	Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA)		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos pietruszkowy 100g (SEL, GLU, BIA)		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Połędwica Ani 50g	Gruszka 1 szt.

	T R A W N A	Serek kanapkowy 60g (BIA) Sałata 10g		Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		(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) Papryka 30g	Budyń waniliowy b/cukru 200ml (BIA)	Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka panierowana 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z czerwonej kapusty 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) Pomidor 30g	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 węglowodano we)	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) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ)	Gruszka 1 szt.

				150g Kompot 250ml		Salata 10g	
	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) Pierś z kurczaka gotowana 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) Papryka 30g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Kotlet jajeczny 100g (GLU, JAJ, BIA) Puree ziemniaczane 200g (BIA) Surówka z czerwonej kapusty 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g	Gruszka 1 szt.
20 25 - 03 - 31 po	P O D S T A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z grysikiem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g		Zupa serowa z grzankami 350ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz po węgiersku z papryką 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU)		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.

ni ed zi ał ek	W A	(SOJ) Pomidor 30g		Surówka z jarzyn mieszanych 150g Kompot 250ml			
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z grysikiem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)	Zupa serowa z grzankami 400ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz po węgiersku z papryką 180g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 250g (GLU) Surówka z jarzyn mieszanych 150g Kompot 250ml	Jabłko 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.
	L E K K O S T R A W N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z grysikiem 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Gulasz drobiowy gotowany 150g (GLU, SEL) Makaron 200g (JAJ, GLU) Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g	Pomarańcze 1 szt.
	C U K R Z Y	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z grysikiem 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA)	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	Zupa serowa z grzankami 350ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz po węgiersku z papryką 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g	Jabłko 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.

	C O W A	<i>Polędwica wiśniowa 50g (SOJ)</i> <i>Pomidor 30g</i>		<i>(GLU)</i> <i>Surówka z jarzyn mieszanych 150g</i> <i>Kompot b/c 250ml</i>			
		<i>482.1 kcal</i> <i>B 29.5 g</i> <i>T 16.1 g</i> <i>Wp 52.9 g</i> <i>F 4.2 g</i> <i>WW 5.3 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>209 kcal</i> <i>B 7.2 g</i> <i>T 10 g</i> <i>Wp 21.8 g</i> <i>F 1.7 g</i> <i>WW 2.2 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>629,8 kcal</i> <i>B 36.8 g</i> <i>T 15.7 g</i> <i>Wp 79.6 g</i> <i>F 13.4 g</i> <i>WW 6.8 (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>366.4 kcal</i> <i>B 18.7 g</i> <i>T 20.7 g</i> <i>Wp 25.1 g</i> <i>F 3.5 g</i> <i>WW 2.5 (wymenniki węglowodanowe)</i>	
	A Z S	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>(BIA)</i> <i>Polędwica wiśniowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL)</i> <i>Pałeczki gotowane 2 szt.</i> <i>Ziemniaki 200g</i> <i>Marchew gotowana 150g</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka z indyka 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>	<i>Banan 1 szt.</i>
	1 5 O O k c al	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z grysiem 250ml (BIA, GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Polędwica wiśniowa 50g (SOJ)</i>		<i>Zupa ziemniaczana 250ml (BIA, SEL)</i> <i>Gulasz drobiowy gotowany 150g (GLU, SEL)</i> <i>Makaron 200g (JAJ, GLU)</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka z indyka 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>	<i>Pomarańcze 1 szt.</i>

		Pomidor 30g		Marchew gotowana 150g Kompot 250ml			
	W E G E T A R I A N S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z grysiem 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Jajko 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) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.
2 0 2 5 - 0 4 - 0 1 w t o r e k	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 (SOJ) Pomidor 30g		Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 350ml (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) Ogórek kiszony 30g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
	W Z B O G	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU)	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 25g (BIA)	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (SEL) Naleśniki z jabłkiem i cukrem pudrem 3szt.	Gruszka 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA)	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)

A C O N A	Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g		(BIA, GLU) Kompot 250ml		Pasztet drobiowy pieczony 70g (GLU, JAJ) 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 gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 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 pł. jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 25g (BIA)	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 350ml (SEL) Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g Kompot b/c 250ml	Gruszka 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g Masło 10g Pasztet drobiowy pieczony 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 30g	Budyń czekoladowy b/c 200ml (BIA)
	543,9 kcal	75 kcal	750.7 kcal	116.1 kcal	358.3 kcal	

		<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>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 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>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>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>Szynka gotowana 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL)</i> <i>Ryż z musem jabłkowym 300g</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>	<i>Budyń czekoladowy 200ml (BIA)</i>
	1 5 0 0 k c al	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka gotowana 50g (SOJ)</i> <i>Pomidor 30g</i>		<i>Zupa grysikowa 250ml (GLU, SEL)</i> <i>Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>	<i>Budyń czekoladowy 200ml (BIA)</i>
	W E G E T	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 250ml (BIA, GLU)</i>		<i>Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 350ml (SEL)</i> <i>Naleśniki z jabłkiem i cukrem pudrem 2 szt.</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Twarożek ze</i>	<i>Budyń czekoladowy 200ml (BIA)</i>

	A R I A Ń S K A	Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g		(BIA, GLU) Kompot 250ml		szczypiorkiem 60g (BIA) Sałata 10g	
2 0 2 5 - 0 4 - 0 2	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) Jajecznica 100g (JAJ, BIA) Papryka 30g		Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Karczek pieczony w sosie 100g/100g (SEL) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
ś r o d a	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Jajecznica 100g (JAJ, BIA) Papryka 30g	Jabłko 1 szt.	Zupa kalafiorowa z makaronem 400ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Karczek pieczony w sosie 130g/100g (SEL) Ziemniaki 250g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250ml	Banan 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	L	Herbata 250 ml		Zupa jarzynowa z		Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1

E K K O S T R A W N A	Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		makaronem 350ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 100g/100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Sałata 10g	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) Jajecznica 100g (JAJ, BIA) Papryka 30g	Jabłko 1 szt.	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Karczek pieczony w sosie 100g/100g (SEL) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250ml	Banan niedojrzały 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
	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	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA)		Zupa jarzynowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, SEL, JAJ)		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU)	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)

	S	Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Kurczak gotowany 100g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Sałata 10g	
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z makaronem 250ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Kurczak gotowany w sosie pietruszkowym 100g/100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Pomidor 30g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Jajecznica 100g (JAJ, BIA) Papryka 30g		Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Kotlet warzywny z fasoli 300g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 50g (BIA) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
2 0	P	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł.		Zupa fasolowa z ziemniakami 350ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g	Mandarynki 2 szt.

25-03-2023 Zwakrte	O	kukurydzianymi 300ml (BIA)		(SEL, GLU) Risotto z mięsem i jarzynami 300g Sos pomidorowy 100g (BIA, GLU) Kompot 250ml		(GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopočka 50g (SOJ) Pomidor 30g	
	D	Bułka pszenna 65g (GLU)					
	S	Chleb 40g (GLU)					
	T	Masło 15g (BIA)					
	A	Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA)					
	W	Ogórek zielony 30g					
	A						
	W	Herbata 250 ml	Serek wiejski 1 szt. (BIA)	Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml (SEL, GLU)	Gruszka 1 szt.	Herbata 250 ml	Mandarynki 2 szt.
	Z	Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA)		Risotto z mięsem i jarzynami 350g		Bułka grahamka 80g (GLU)	
	B	Bułka pszenna 65g (GLU)		Sos pomidorowy 100g (BIA, GLU)		Chleb 60g (GLU)	
	O	Chleb 60g (GLU)		Kompot 250ml		Masło 15g (BIA)	
	G	Masło 15g (BIA)				Polędwica sopočka 50g (SOJ)	
	A	Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA)				Pomidor 30g	
	C	Ogórek zielony 30g					
	O						
	N						
	A						
	L	Herbata 250 ml		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (SEL, GLU, BIA)		Herbata 250 ml	Mandarynki 2 szt.
	E	Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA)		Risotto z mięsem i jarzynami 300g		Bułka grahamka 80g (GLU)	
	K	Bułka pszenna 65g (GLU)		Sos śmietanowy 100g (BIA, GLU)		Chleb 40g (GLU)	
	O	Chleb 40g (GLU)		Kompot 250ml		Masło 10g (BIA)	
	S	Masło 15g (BIA)				Polędwica sopočka 50g (SOJ)	
	T	Pasta twarogowa z				Salata 10g	
	R						

	A W N A	koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g					
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Ogórek zielony 30g	Serek wiejski 1 szt. (BIA)	Zupa fasolowa z ziemniakami 350ml (SEL, GLU) Risotto z mięsem i jarzynami 300g Sos pomidorowy 100g (BIA, GLU) Kompot 250ml	Gruszka 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 30g	Mandarynki 2 szt.
		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) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (SEL, BIA, GLU) Schab gotowany 100g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	Banan 1 szt.

				Kompot 250ml			
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (SEL, GLU, BIA) Risotto z mięsem i jarzynami 300g Sos śmietanowy 100g (BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 30g	Mandarynki 2 szt.
	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) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Ogórek zielony 30g		Zupa fasolowa z ziemniakami 350ml (SEL, GLU) Risotto pieczarkowo- warzywne 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g	Mandarynki 2 szt.
2 0 2 5 - 0 4	P O D S T A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Mielonka tyrolska 50g		Zupa Solferino 350ml (GLU, SEL) Jajko sadzone 1 szt. (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) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB)	Kisiel z jabłkiem 200ml

- O 4 p i q t e k	W A	(SOJ) Pomidor 30g				Ogórek kiszony 30g	
	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) Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Pomidor 30g	Banan 1 szt.	Zupa Solferino 400ml (GLU, SEL) Jajko sadzone 2 szt. (JAJ) Ziemniaki 250g Fasolka szparagowa z bułka tartą 150g (GLU) Kompot 250ml	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Ogórek kiszony 30g	Kisiel z jabłkiem 200ml
	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 z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa krupnik z kaszką jęczmienną 350ml (SEL, BIA) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos jarzynowy 100g (SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Kisiel z jabłkiem 200ml
	C U K R Z Y	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA)	Banan niedojrzały 1 szt.	Zupa Solferino 350ml (GLU, SEL) Jajko sadzone 1szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z bułka tartą 150g (GLU)	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB)	Kisiel z jabłkiem b/c 200ml

	C O W A	Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Pomidor 30g		Kompot b/c 250ml		Ogórek kiszony 30g	
		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) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 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 wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Jabłko 1 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 z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (SEL, BIA) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos jarzynowy 100g (SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Kisiel z jabłkiem 200ml

	W E G E T A R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Dżem 30g		Zupa Solferino 350ml (GLU, SEL) Jajko sadzone 1 szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Ogórek kiszony 30g	Kisiel z jabłkiem 200ml
2 0 2 5 - S T 0 4 - 0	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Baleron 50g (SOJ) Papryka 30g		Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL) Roladka mielona w sosie 100g/100g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchewki 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g	Ciasto babka 60g (GLU, JAJ)
5 s o b o t a	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) Baleron 50g (SOJ) Papryka 30g	Pomarańcze 1 szt.	Zupa ogórkowa z ryżem 400ml (BIA, GLU, SEL) Roladka mielona w sosie 130g/100g (GLU, SEL) Ziemniaki 250g Surówka z białej kapusty i marchewki 150g Kompot 250ml	Gruszka 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g	Ciasto babka 60g (GLU, JAJ)
		Herbata 250 ml		Zupa jarzynowa 350ml		Herbata 250 ml	Ciasto babka 60g

2024	L E K K O S T R A W N A	Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szyunka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		(BIA, GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g	(GLU, JAJ)
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Baleron 50g (SOJ) Papryka 30g	Pomarańcze 1 szt.	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL) Roladka mielona w sosie 100g/100g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchewki 150g Kompot b/c 250m	Gruszka 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Pomidor 30g	Wafle ryżowe 3 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 węglowodanowe)	313 kcal B 19.7 g T 13 g Wp 28 g F 3.5 g - błonnik WW 2.8 (wymienniki węglowodanowe)	
	A	Herbata 250 ml		Zupa jarzynowa 350ml		Herbata 250 ml	Herbatniki 30g (BIA,

	Z S	<i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>(BIA, GLU, SEL)</i> <i>Pałeczki gotowane 2 szt.</i> <i>Ziemniaki 200g</i> <i>Buraczki gotowane 150g</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Ser biały 60g (BIA)</i> <i>Salata 10g</i>	<i>GLU, JAJ)</i>
	1 5 0 0 k c al	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>Zupa jarzynowa 250ml (BIA, GLU, SEL)</i> <i>Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL)</i> <i>Ziemniaki 200g</i> <i>Buraczki gotowane 150g</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Ser biały 60g (BIA)</i> <i>Pomidor 30g</i>	<i>Ciasto babka 60g (GLU, JAJ)</i>
	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 zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (JAJ, BIA)</i> <i>Papryka 30g</i>		<i>Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL)</i> <i>Naleśniki z dżemem 2szt. (BIA, GLU)</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Ser żółty 50g (BIA)</i> <i>Pomidor 30g</i>	<i>Ciasto babka 60g (GLU, JAJ)</i>