

Dzień		Śniadanie	Drugie śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	II kolacja
2025-04-06 niedziela	P	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300 ml (BIA)		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kotlet schabowy panierowany 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	O	Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g					
	D						
2025-04-07 poniedziałek	S	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300 ml (BIA))	Jabłko 1 szt.	Rosół z makaronem 400ml (GLU, SEL) Kotlet schabowy panierowany 130g (GLU, JAJ) Ziemniaki 250g Brokuł gotowany 150g Kompot 250ml	Banan 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	T	Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g					
	A						
2025-04-08 wtorek	L	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300 ml (BIA)		Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Schab gotowany 100g Sos pietruszkowy 100g (SEL, GLU, BIA) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
	E	Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ)					
	K						

	W N A	Salata 10g					
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250 ml (BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 30g	Jabłko 1 szt.	Rosół z makaronem 350ml (GLU, SEL) Kotlet schabowy panierowany 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot b/c 250ml	Banan niedojrzały 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 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 (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 Baton pszenny 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Salata 10g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Schab gotowany 100g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica z indyka (SOJ) Salata 10g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)

	15000kcal	Herbata 250 ml Baton pszeniczny 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250 ml (BIA) Masło 10g (BIA) Szynka konserwowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Rosół z makaronem 250ml (GLU, SEL) Schab gotowany 100g Sos pietruszkowy 100g (SEL, GLU, BIA) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica z indyka (SOJ) Sałata 10g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)
	WEGTA RIA	Herbata 250 ml Baton pszeniczny 50g (GLU) Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250 ml (BIA) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Kotlet z jajka i pieczarek 100g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 100g (SEL, GLU, BIA) Ziemniaki 200g Brokuł gotowany 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
2025-04-07	PODSTAWA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300 ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Jajecznica ze szczypiorkiem 100g (JAJ, BIA)		Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, BIA) Łazanki z kiszoną kapustą i mięsem 300g (GLU, JAJ) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopočka 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Gruszka 1 szt.

p o n i e d z i a ł e k		Papryka 30g					
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300 ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Jajecznica ze szczypiorkiem 100g (JAJ, BIA) Papryka 30g	Budyń waniliowy 200ml (BIA)	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (GLU, SEL, BIA) Łazanki z kiszoną kapustą i mięsem 350g (GLU, JAJ) Kompot 250ml	Mandarynki 2 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Gruszka 1 szt.
	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. owsianymi 300 ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Serek kanapkowy naturalny 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana 350ml (GLU, SEL, BIA) Makaron z sosem mięсно – warzywnym 300g (GLU, JAJ, SEL) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	Gruszka 1 szt.
	C U K R	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z pł.	Budyń waniliowy b/c 200ml (BIA)	Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, BIA) Łazanki z kiszoną	Mandarynki 2 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (BIA) Masło 10g (BIA)	Gruszka 1 szt.

	Z Y C O W A	owsianymi 250 ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Jajecznica ze szczypiorkiem 100g (JAJ, BIA) Papryka 30g		kapustą i mięsem 300g (GLU, JAJ) Kompot b/c 250ml		Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 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 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) Serek kanapkowy naturalny 60g (BIA) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 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	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250 ml (BIA,		Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną 250ml (GLU, SEL, BIA) Makaron z sosem		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA)	Gruszka 1 szt.

	k c a l	GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy naturalny 60g (BIA) Sałata 10g		mięсно – warzywnym 300g (GLU, JAJ, SEL) Kompot 250ml		Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g	
	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 250 ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Jajecznicza ze szczypiorkiem 100g (JAJ, BIA) Papryka 30g		Barszcz czerwony z ziemniakami 350ml (GLU, SEL, BIA) Makaron z sosem pieczarkowym i jarzynami 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy naturalny 60g (BIA) Ogórek zielony 30g	Gruszka 1 szt.
2 0 2 5 - 0 4 - 0 8 w t o r	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z makaronem 300 ml (BIA, JAJ, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 25g (BIA) Polędwica wiśniowa 25g (SOJ) Pomidor 30g		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Kurczak pieczony 150g 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) Ogórek zielony 30g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)
	W Z	Herbata 250 ml Zupa mleczna z	Banan 1 szt.	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml (GLU,	Kisiel owocowy 200ml	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 80g	Serek homogenizowany 1

e k	B O G A C O N A	makaronem 300 ml (BIA, JAJ, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 25g (BIA) Polędwica wiśniowa 25g (SOJ) Pomidor 30g		SEL, BIA) Kurczak pieczony 180g Ziemniaki 250g Surówka z jarzyn mieszanych 150g Kompot 250ml		(GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Ogórek zielony 30g	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 makaronem 300 ml (BIA, JAJ, GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Kurczak gotowany 150g Ziemniaki 200g Sos jarzynowy 100g (SEL) Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)
	C U K R Z Y	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Zupa mleczna z makaronem 250 ml (BIA, JAJ, GLU)	Banan niedojrzały 1 szt.	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Kurczak pieczony 150g Ziemniaki 200g Surówka z jarzyn	Kisiel owocowy b/c 200ml	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB)	Serek homogenizowany naturalny 1 szt. (BIA)

	C O W A	Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Polędwica wiśniowa 25g (SOJ) Pomidor 30g		mieszanych 150g Kompot b/c 250ml		Ogórek zielony 30g	
		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 wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Kurczak gotowany 150g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Serek homogenizowany naturalny 1 szt. (BIA)
	1 5 0 0 k c	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z makaronem 250 ml (BIA, JAJ, GLU) Masło 10g (BIA)		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 250ml (GLU, SEL, BIA) Kurczak gotowany 150g Ziemniaki 200g Sos jarzynowy 100g		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka gotowana 50g (SOJ)	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)

	al	Polędwica wiśniowa 50g (SOJ) Sałata 10g		(SEL) Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Sałata 10g	
	W E G E T E R I A Ń S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z makaronem 250 ml (BIA, JAJ, GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Kotlet jajeczny 150g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100g (SEL) Ziemniaki 200g Surówka z jarzyn mieszanych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB) Ogórek zielony 30g	Serek homogenizowany 1 szt. (BIA)
2 0 2 5 - 0 4 - 0 9 ś r o d	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Pasztecik pieczony 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 30g		Zupa grochowa z ziemniakami 350ml (BIA, 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) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
	W Z	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU)	Chleb razowy 40g (GLU)	Zupa grochowa z ziemniakami 400ml	Pomarańcze 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)

a	B O G A C O N A	Chleb 60g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Paszтет pieczony 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 30g	Masło 10g (BIA) Ser żółty 25g (BIA)	(BIA, GLU, SEL) Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 3 szt. (JAJ, BIA, GLU) Kompot 250ml		(GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) 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 kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 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) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)
	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) Paszтет pieczony 70g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 25g (BIA)	Zupa grochowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 300g Kompot b/c 250ml	Pomarańcze 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g	Budyń czekoladowy b/c 200ml (BIA)
		450 kcal	75 kcal	697.1 kcal	102.5 kcal	482.3 kcal	

		<i>B 24.6 g</i> <i>T 14.6 g</i> <i>Wp 53.9 g</i> <i>F 4.4 g</i> <i>WW 5.5(wymienniki 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 (wymienniki węglowodanowe)</i>	<i>B 40.3 g</i> <i>T 14.6 g</i> <i>Wp 88.3 g</i> <i>F 19.3 g</i> <i>WW 8.9(wymienniki węglowodanowe)</i>	<i>B 9.5 g</i> <i>T 2.3 g</i> <i>Wp 12.3 g</i> <i>F 0 g</i> <i>WW 1.3(wymienniki węglowodanowe)</i>	<i>B 19.5 g</i> <i>T 30.3 g</i> <i>Wp 31.9 g</i> <i>F 4.6 g</i> <i>WW 3.3(wymienniki węglowodanowe)</i>	
	A Z S	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, 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 gotowana 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>	<i>Jabłko 1 szt.</i>
	1 5 0 0 k c al	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>Zupa jarzynowa z ziemniakami 250ml (BIA, GLU, SEL)</i> <i>Ryż z musem jabłkowym 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 gotowana 50g (SOJ)</i> <i>Pomidor 30g</i>	<i>Budyń czekoladowy 200ml (BIA)</i>
	W E G E T A	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka 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>Zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL)</i> <i>Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem 2 szt. (JAJ, BIA, GLU)</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Serek kanapkowy 60g (BIA)</i>	<i>Budyń czekoladowy 200ml (BIA)</i>

	R I A Ń S K A	Ogórek kiszony 30g		Kompot 250ml		Pomidor 30g	
2 0 2 5 - 0 4 - 1 0 c z w a r t e k	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Papryka 30g		Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100g (GLU) Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA) Ogórek zielony 30g	Babka piaskowa 100g (GLU, JAJ)
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Papryka 30g	Gruszka 1 szt.	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 130g (GLU) Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, 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) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA) Ogórek zielony 30g	Babka piaskowa 100g (GLU, JAJ)
	L	Herbata 250 ml		Zupa makaronowa		Herbata 250 ml	Babka piaskowa

E K K O S T R A W N A	Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		350ml (GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100g (GLU) Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Sałata 10g	100g (GLU, JAJ)
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 (BIA) Mielonka tyrolska 50g (SOJ) Papryka 30g	Gruszka 1 szt.	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100g (GLU) Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot b/c 250ml	Banan niedojrzały 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA) Ogórek zielony 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)	
	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU)		Zupa ryżowa 350ml (SEL)		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)

	A Z S	Masło 15g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Pałeczki gotowane 2 szt. Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		(GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Sałata 10g	
	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) Szyńka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa makaronowa 250ml (GLU, JAJ, SEL) 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) Ogórek zielony 30g	Babka piaskowa 100g (GLU, JAJ)
	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) Pasta z sera żółtego i jajka z ogórkiem kiszonym 80g (BIA, JAJ)		Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (BIA, JAJ, GLU, SEL) Kotlet warzywny z pieczarkami 100g (JAJ, GLU) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty pekińskiej 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA) Ogórek zielony 30g	Babka piaskowa 100g (GLU, JAJ)
2 0							

2 5 - 0 4 - 1 1 p i q t e k 2 0 2 5 - 0 4 - 1 1 p i q t e k 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) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszonej z marchewką 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Jabłko 1szt..
	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 topiony 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g	Budyń czekoladowy 200ml (BIA)	Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 130g (GLU, JAJ) Ziemniaki 250g Surówka z kapusty kiszonej z marchewką 150g Kompot 250ml	Mandarynki 2szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Jabłko 1szt.
	L E K K O S T R A W	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Połędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos jarzynowy 150g (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	Jabłko 1szt.

0 2 4 - 0 9 - 1	N A						
	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) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g	Budyń czekoladowy b/c 200ml (BIA)	Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszonej z marchewką 150g Kompot b/c 250ml	Mandarynki 2szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Jabłko 1szt.
		534,3 kcal B 17.6 g T 28.5 g Wp 49.8 g F 5.8 g WW 5 (wymenniki węglowodanowe)	181,5 kcal B 4.5 g T 1.5 g Wp 35.7 g F 3.8 g WW 3.6 (wymenniki węglowodanowe)	557,9 kcal B 31.6 g T 9.8 g Wp 78.6 g F 12.4 g WW 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 węglowodano	287.7 kcal B 10.1 g T 14.4 g Wp 28.1 g F 3.8 g WW 2.8 (wymenniki węglowodanowe)	

					we)		
	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) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Jabłko 1szt.
	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) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Jabłko 1szt.
	W E G E T A R I A Ń	Herbata 250 ml Zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA) Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Ogórek kiszony 30g		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Ryba panierowana 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z kapusty kiszonej z marchewką 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) Pomidor 30g	Jabłko 1szt.

	S K A						
2 0 2 5 - 0 4 - 1 2 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) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Pomidor 30g		Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 350ml (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) Sałatka jarzynowa z groszkiem 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Wędlina 20g (SOJ)	Herbatniki 30g (BIA, GLU, JAJ)
	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) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 20g (BIA)	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 400ml (SEL) Kluski na parze z sosem truskawkowym 4szt. (GLU, JAJ) Kompot 250ml	Banan 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Sałatka jarzynowa z groszkiem 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Wędlina 20g (SOJ)	Herbatniki 30g (BIA, GLU, JAJ)
2 0 2 4 - 1	L E K K O S T	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA)		Zupa koperkowa z ryżem 350ml (GLU, BIA, SEL) Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica z indyka 50g (SOJ)	Herbatniki 30g (BIA, GLU, JAJ)

20750	R A W N A	Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Sałata 10g				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) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 20g (BIA)	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 350ml (SEL) Makaron pełnoziarnisty z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot b/c 250ml	Banan niedojrzały 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Sałatka jarzynowa z groszkiem 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR) Wędlina 20g (SOJ)	Wafle ryżowe 3 szt.
		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	Herbata 250 ml		Zupa koperkowa z		Herbata 250 ml	Jogurt naturalny

	Z S	<i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>ryżem 350ml (GLU, BIA, SEL)</i> <i>Schab gotowany 100g</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>Polędwica z indyka 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>	1szt. (BIA)
	1 5 O O k c al	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA)</i> <i>Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ)</i> <i>Pomidor 30g</i>		<i>Zupa koperkowa z ryżem 250ml (GLU, BIA, SEL)</i> <i>Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA)</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Polędwica z indyka 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>	Herbatniki 30g (BIA, GLU, JAJ)
	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>Masło 10g (BIA)</i> <i>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA)</i> <i>Serek kanapkowy naturalny 60g (BIA)</i> <i>Pomidor 30g</i>		<i>Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 350ml (SEL)</i> <i>Kluski na parze z sosem truskawkowym 3szt. (GLU, JAJ)</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Salatka jarzynowa z groszkiem 100g (BIA, JAJ, SEL, GOR)</i> <i>Ser żółty 20g (BIA)</i>	Herbatniki 30g (BIA, GLU, JAJ)
2 0	P	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Zupa mleczna z pł.</i>		<i>Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL)</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka grahamka 80g</i>	Budyń waniliowy 200ml (BIA)

25-04-13 niedziela	O D S T A W A	owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Baleron 50g (SOJ) Rzodkiewka 30g		Pierś z kurczaka panierowana 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Kapusta zasmażana 150g Kompot 250ml		(GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Baton pszenny 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Baleron 50g (SOJ) Rzodkiewka 30g	Jabłko 1 szt.	Rosół z makaronem 400ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka panierowana 130g (GLU, JAJ) Ziemniaki 250g Kapusta zasmażana 150g Kompot 250ml	Pomarańcze 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Budyń waniliowy 200ml (BIA)
	L E 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) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Rosół z makaronem 350ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos pietruszkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Budyń waniliowy 200ml (BIA)
	C	Herbata b/c 250 ml	Jabłko 1 szt.	Rosół z makaronem	Pomarańcze 1	Herbata b/c 250 ml	Budyń waniliowy

U K R Z Y C O W A	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (GLU, BIA) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Baleron 50g (SOJ) Rzodkiewka 30g		350ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka panierowana 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Kapusta zasmażana 150g Kompot b/c 250ml	szt.	Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	b/c 200ml (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) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Jabłko 1 szt.
1 5 0 0 k	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA)		Rosół z makaronem 250ml (GLU, JAJ, SEL) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos pietruszkowy 100g (BIA, GLU, SEL)		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ)	Budyń waniliowy 200ml (BIA)

	c al	Polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 30g		Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Salata 10g	
	W E G E T A R I A N S K A	Herbata 250 ml Baton pszenny 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Dżem 30g		Zupa ryżowa 350ml (SEL) Kotlet ziemniaczano – warzywny 100g (JAJ, GLU) Sos jogurtowo – koperkowy 150g (BIA) Ziemniaki 200g Kapusta zasmażana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Budyń waniliowy 200ml (BIA)
2 0 2 5 - 0 4 - 1 4 p o n i e d	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) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Pomidor 30g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz wieprzowy 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Papryka 30g	Banan 1 szt.
	W Z B O G	Herbata 250 ml Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU)	Serek wiejski 1szt. (BIA)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz wieprzowy 180g (GLU, SEL)	Gruszka 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA)	Banan 1 szt.

z i a ł e k	A C O N A	Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Pomidor 30g		Kasza jęczmienna 250g (GLU) Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot 250ml		Szynka z indyka 50g (SOJ) Papryka 30g	
	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) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g		Zupa jarzynowa ziemniakami 350ml (BIA, GLU, 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) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g	Banan 1 szt.
	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) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Pomidor 30g	Serek wiejski 1 szt. (BIA)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz wieprzowy 150g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna 200g (GLU) Surówka z ogórków kiszonych 150g Kompot b/c 250ml	Gruszka 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Papryka 30g	Banan niedojrzały 1 szt.

		482.1 kcal B 29.5 g T 16.1 g Wp 52.9 g F 4.2 g WW 5.3 (wymienniki węglowodanowe)	209 kcal B 7.2 g T 10 g Wp 21.8 g F 1.7 g WW 2.2 (wymienniki węglowodanowe)	629,8 kcal B 36.8 g T 15.7 g Wp 79.6 g F 13.4 g WW 6.8 (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)	366.4 kcal B 18.7 g T 20.7 g Wp 25.1 g F 3.5 g WW 2.5 (wymienniki węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g		Zupa jarzynowa ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Pałeczki gotowane 2szt. Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g	Banan 1 szt.
	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z zacierką 250ml (BIA, GLU, JAJ) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Pomidor 30g		Zupa jarzynowa ziemniakami 250ml (BIA, GLU, 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) Szynka z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g	Banan 1 szt.
	W E G	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z zacierką		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL)		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU)	Banan 1 szt.

	E T A R I A Ń S K A	250ml (BIA, GLU, JAJ) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Pomidor 30g		Kaszotto z warzywami i zielonym groszkiem 300g Sos pomidorowy 100g (SEL) Kompot 250ml		Masło 10g (BIA) Serek homogenizowany owocowy 1szt. (BIA)	
2 0 2 5 - 0 4 - 1 5	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) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g		Zalewajka z ziemniakami 350ml (GLU, SEL) Naleśniki z jabłkiem i cukrem pudrem 2szt. (BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Baleron 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Kisiel owocowy 200ml
w t o r e k 2 0 2 5 - 0	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) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 20g (SOJ)	Zalewajka z ziemniakami 400ml (GLU, SEL) Naleśniki z jabłkiem i cukrem pudrem 3szt. (BIA, GLU) Kompot 250ml	Mandarynki 2 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Baleron 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Kisiel owocowy 200ml

4 - 1 5 w t o r e k						
L E K K O S T R A W	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU)</i> <i>Bułka pszenna 65g (GLU)</i> <i>Chleb 40g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Szynka wieprzowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL)</i> <i>Makaron z serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA)</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Bułka grahamka 80g (GLU)</i> <i>Chleb 40g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka drobiowa 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>	<i>Kisiel owocowy 200ml</i>

	N A						
	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) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 20g (SOJ)	Zalewajka z ziemniakami 350ml (GLU, SEL) Makaron serem twarogowym 300g (GLU, JAJ, BIA) Kompot b/c 250ml	Mandarynki 2 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g Masło 10g Baleron 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Kisiel owocowy b/c 200ml
		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) Szyńka wieprzowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Ryż z jabłkiem 300g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	Jabłko 1 szt.
	1 5 0 0	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU)		Zupa ziemniaczana 250ml (BIA, SEL) Makaron serem twarogowym 300g		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA)	Kisiel owocowy 200ml

	k c al	Masło 10g (BIA) Szyńka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor 30g		(GLU, JAJ, BIA) Kompot 250ml		Szyńka drobiowa 50g (SOJ) Sałata 10g	
	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) Ser topiony 50g (BIA) Pomidor 30g		Zupa ziemniaczana 350ml (BIA, SEL) Naleśniki z jabłkiem i cukrem pudrem 2szt. (BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Ogórek zielony 30g	Kisiel owocowy 200ml
2 0 2 5 - 0 4 - 1 6 ś r o d	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) Polędwica sopoćka 25g (SOJ) Ser żółty 25g (BIA) Papryka 30g		Zupa serowa z grzankami 350ml (GLU, SEL, BIA) Karczek pieczony w sosie 100g/100g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z marchewką 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (JAJ, BIA) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
		Herbata 250 ml	Jabłko 1 szt.	Zupa serowa z	Banan 1 szt.	Herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1

a 2 0 2 5 - 0 4 - 1 6	W Z B O G A C O N A	Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Półdwica sopocka 25g (SOJ) Ser żółty 25g (BIA) Papryka 30g		grzankami 350ml (GLU, SEL, BIA) Karczek pieczony w sosie 130g/100g (GLU, SEL) Ziemniaki 250g Surówka z białej kapusty z marchewką 150g Kompot 250ml		Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (JAJ, BIA) Pomidor 30g	szt. (BIA)
	L E K K O S T R	Herbata 250 ml Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Półdwica sopocka 50g		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml (GLU, SEL, BIA) Schab gotowany 100g Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Marchew gotowana		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Salata 10g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)

	A W N A	(SOJ) Sałata 10g		150g Kompot 250ml			
	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) Polędwica sopocka 25g (SOJ) Ser żółty 25g (BIA) Papryka 30g	Jabłko 1 szt.	Zupa serowa z grzankami 350ml (GLU, SEL, BIA) Karczek pieczony w sosie 100g/100g (GLU, SEL) Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z marchewką 150g Kompot b/c 250ml	Banan niedojrzały 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (JAJ, 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 S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa 350ml (GLU, SEL, BIA) Schab gotowany 100g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)

1500 kcal	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa serowa z grzankami 350ml (GLU, SEL, BIA) Schab gotowany 100g Sos koperkowy 100g (BIA, 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	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
WEGE TARA	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Papryka 30g		Zupa serowa z grzankami 350ml (GLU, SEL, BIA) Kotlet jajeczny 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty z marchewką 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser biały 60g (BIA) Pomidor 30g	Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)
2025-04-17	Herbata 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml (BIA) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g		Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Makaron 200g (GLU, JAJ) Buraki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB, JAJ) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.

c z w a r t e k	W A						
	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 gotowana 50g (SOJ) Pomidor 30g	Budyń waniliowy 200ml (BIA)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml (GLU, BIA, SEL) Potrawka drobiowa 180g (GLU, SEL) Makaron 250g (GLU, JAJ) Buraki gotowane 150g Kompot 250ml	Gruszka 1 szt.	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB, JAJ) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.
	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 z indyka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL) Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL) Makaron 200g (GLU, JAJ) Buraki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Sałata 10g	Pomarańcze 1 szt.
	C U K R	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA)	Budyń waniliowy b/c 200ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL) Potrawka drobiowa	Gruszka 1 szt.	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA)	Pomarańcze 1 szt.

	Z Y C O W A	<i>Butka grahamka 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka gotowana 50g (SOJ)</i> <i>Pomidor 30g</i>		<i>150g (GLU, SEL)</i> <i>Makaron pełnoziarnisty 200g (GLU, JAJ)</i> <i>Buraki gotowane 150g</i> <i>Kompot b/c 250ml</i>		<i>Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB, JAJ)</i> <i>Ogórek zielony 30g</i>	
		<i>543,9 kcal</i> <i>B 28.1 g</i> <i>T 15.1 g</i> <i>Wp 72 g</i> <i>F 4.8 g</i> <i>WW 7.2 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>75 kcal</i> <i>B 0.6 g</i> <i>T 0.6 g</i> <i>Wp 15.2 g</i> <i>F 3 g - błonnik</i> <i>WW 1.5 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>750.7 kcal</i> <i>B 28 g</i> <i>T 28.9 g</i> <i>Wp 83.1 g</i> <i>F 22.2 g</i> <i>WW 7.2 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>116.1 kcal</i> <i>B 2.5 g</i> <i>T 0.8 g</i> <i>Wp 23.3 g</i> <i>F 1.3 g – błonnik</i> <i>WW 2.3 (wymenniki węglowodanowe)</i>	<i>358.3 kcal</i> <i>B 8.8 g</i> <i>T 23.8 g</i> <i>Wp 26 g</i> <i>F 3.9 g</i> <i>WW 2.6 (wymenniki węglowodanowe)</i>	
	A Z S	<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 15g (BIA)</i> <i>Szynka z indyka 50g (SOJ)</i> <i>Salata 10g</i>		<i>Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU, SEL)</i> <i>Paleczki gotowane 2szt.</i> <i>Ziemniaki 200g</i> <i>Buraki gotowane 150g</i> <i>Kompot 250ml</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka gotowana 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>Butka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka z indyka 50g (SOJ)</i> <i>Ogórek zielony 30g</i>		<i>Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml (BIA, GLU, SEL)</i> <i>Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL)</i> <i>Makaron 200g (GLU, JAJ)</i> <i>Marchew gotowana</i>		<i>Herbata 250 ml</i> <i>Butka pszenna 50g (GLU)</i> <i>Masło 10g (BIA)</i> <i>Szynka gotowana 50g (SOJ)</i> <i>Pomidor 30g</i>	<i>Pomarańcze 1 szt.</i>

				Buraki gotowane 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 płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA) Masło 10g (BIA) Twarożek 60g (BIA) Dżem 30g		Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (GLU, BIA, SEL) Leczo warzywne z pieczarkami 300g (GLU, SEL) Makaron 200g (GLU, JAJ) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta z makreli wędzonej 80g (RYB, JAJ) Ogórek zielony 30g	Pomarańcze 1 szt.
2 0 2 5 - 0 4 - 1 8	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) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g		Zupa jarzynowa z drobnym makaronem 350ml (GLU, SEL, BIA) Jajko sadzone 1szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa z rzodkiewką 80g (BIA) Papryka 30g	Jabłko 1 szt.
p i q t e k	W Z B O G A C	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Ser żółty 50g (BIA)	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 20g (SOJ)	Zupa jarzynowa z drobnym makaronem 400ml (GLU, SEL, BIA) Jajko sadzone 2szt. (JAJ) Ziemniaki 250g Fasolka szparagowa 150g	Kisiel owocowy 200ml	Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Pasta twarogowa z rzodkiewką 80g (BIA)	Jabłko 1 szt.

	O N A	Pomidor 30g		Kompot 250ml		Papryka 30g	
	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) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z drobnym makaronem 350ml (GLU, SEL, BIA) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) Sałata 10g	Jabłko 1 szt.
	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) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g	Chleb razowy 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Szynka drobiowa 20g (SOJ)	Zupa jarzynowa z drobnym makaronem 350ml (GLU, SEL, BIA) Jajko sadzone 1szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot b/c 250ml	Kisiel owocowy b/c 200ml	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa z rzodkiewką 80g (BIA) Papryka 30g	Jabłko 1 szt.
		450 kcal B 24.6 g T 14.6 g Wp 53.9 g F 4.4 g WW 5.5(wymienniki	75 kcal B 0.6 g T 0.6 g Wp 15.2 g F 3 g - błonnik WW 1.5 (wymienniki	697.1 kcal B 40.3 g T 14.6 g Wp 88.3 g F 19.3 g WW 8.9(wymienniki	102.5 kcal B 9.5 g T 2.3 g Wp 12.3 g F 0 g WW	482.3 kcal B 19.5 g T 30.3 g Wp 31.9 g F 4.6 g WW 3.3(wymienniki	

		węglowodanowe)	węglowodanowe)	węglowodanowe)	1.3(wymienniki węglowodanowe)	węglowodanowe)	
	A Z S	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 15g (BIA) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa jarzynowa z drobnym makaronem 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) Pasta twarogowa z koperkiem 80g (BIA) 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) Kiełbasa szynkowa 50g (SOJ) Pomidor 30g		Zupa jarzynowa z drobnym makaronem 250ml (GLU, SEL, BIA) Pierś z kurczaka gotowana 100g Sos koperkowy 100g (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 200g Buraczki gotowane 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80g (BIA) Papryka 30g	Jabłko 1 szt.
	W E G E T A R I	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 30g		Zupa jarzynowa z drobnym makaronem 350ml (GLU, SEL, BIA) Jajko sadzone 1szt. (JAJ) Ziemniaki 200g Fasolka szparagowa 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Pasta twarogowa z rzodkiewką 80g (BIA) Papryka 30g	Jabłko 1 szt.

	A N S K A						
2 0 2 5 - 0 4 - 1 9 s o b o t a	P O D S T A W A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g		Zupa fasolowa z ziemniakami 350ml (SEL) Risotto z mięsem i jarzynami 300g Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL) 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)	Ciasto drożdżowe 60g (GLU, JAJ)
	W Z B O G A C O N A	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 60g (GLU) Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Banan 1 szt.	Zupa fasolowa z ziemniakami 400ml (SEL) Risotto z mięsem i jarzynami 350g Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL) Kompot 250ml	Jogurt owocowy 1 szt. (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)	Ciasto drożdżowe 60g (GLU, JAJ)
	L E K K O S	Herbata 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 300ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka pszenna 65g (GLU) Chleb 40g (GLU)		Zupa grysikowa 350ml (GLU, SEL) Risotto z mięsem i jarzynami 300g Sos śmietanowy 100g (BIA, GLU)		Herbata 250 ml Bułka grahamka 80g (GLU) Chleb 40g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g	Ciasto drożdżowe 60g (GLU, JAJ)

	T R A W N A	Masło 15g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Kompot 250ml		(SOJ) Ogórek zielony 30g	
	C U K R Z Y C O W A	Herbata b/c 250 ml Zupa mleczna z kluseczkami 250ml (BIA, GLU, JAJ) Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Banan niedojrzały 1 szt.	Zupa fasolowa z ziemniakami 350ml (SEL) Risotto z mięsem i jarzynami 300g Sos pomidorowy 100g (GLU, SEL) Kompot b/c 250ml	Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)	Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Sałatka ryżowa z wędliną, ogórkiem, papryką i koperkiem 150g (JAJ, GOR)	Wafle ryżowe 3szt.
		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 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) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa ziemniaczana 350ml (SEL, BIA) Schab gotowany 100g Ziemniaki 200g Marchew gotowana 150g Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Sałata 10g	Wafle ryżowe 3szt.

	1 5 0 0 k c al	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kluseczkami 250ml (BIA, GLU, JAJ) Masło 10g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Sałata 10g		Zupa grysikowa 250ml (GLU, SEL) Risotto z mięsem i jarzynami 300g Sos śmietanowy 100g (BIA, GLU) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Polędwica Ani 50g (SOJ) Ogórek zielony 30g	Ciasto drożdżowe 60g (GLU, JAJ)
	W E G E T A R I A N S K A	Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Zupa mleczna z kluseczkami 250ml (BIA, GLU, JAJ) Masło 10g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Dżem 30g		Zupa fasolowa z ziemniakami 350ml (SEL) Rosotto z pieczarkami i warzywami w sosie śmietanowym 300g (GLU, SEL, BIA) Kompot 250ml		Herbata 250 ml Bułka pszenna 50g (GLU) Masło 10g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Ogórek zielony 30g	Ciasto drożdżowe 60g (GLU, JAJ)

Jadłospis przygotowany przez Catering Food4Med