

	sobota 2026-03-21	niedziela 2026-03-22	poniedziałek 2026-03-23	wtorek 2026-03-24	środa 2026-03-25	czwartek 2026-03-26	piątek 2026-03-27
Śniadanie	<p>Chleb baltonowski 105g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Polędwica z piersi kurczaka 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Sałata 10g</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 250g</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Parówki z kurczaka 100g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Ketchup (ketchup) 30g</p> <p>Pomidor 40g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Zupa mleczna 280g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Makaron dwujajeczny (gluten,jaja)</u></p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Szynka z piersi kurczaka 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Rzodkiewka 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Płatki owsiane 55g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu 230g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Polędwica z piersi kurczaka 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Sałata 10g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Ser żółty 30g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Twarożek wiejski, 2% tłuszczu 50g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 250g</p>	<p>Płatki jaglane 55g</p> <p>Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu 230g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Szynka gotowana plastry 24g</p> <p>Sałata 10g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Chleb baltonowski 105g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Ser żółty 30g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Serek twarogowy ze szczypiorkiem 50g</p> <p>Rzodkiewka 30g</p> <p>Kakao 16%, proszek 10g</p> <p>Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu 230g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p>
Obiad-zupa	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami 548g Składniki: Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Ogórek kiszony, Jogurt typu greckiego (mleko)</u>, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>	<p>Rosół z makaronem 424g Składniki: Kości, wywar, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Makaron czterojaeczny, gotowany (gluten,jaja)</u>, Kurkuma mielona, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała</p>	<p>Zupa szczawiowa z jajkiem 587g Składniki: Kości, wywar, Szczaw, Ziemniaki, średnio, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Jaja kurze całe, gotowane (jaja), Jogurt typu greckiego (mleko)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>	<p>Zupa pieczarkowa 418g Składniki: Woda, Pieczarki, świeże, <u>Jogurt typu greckiego (mleko)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), <u>Kostka rosółowa warzywna bez glutamianu sodu (seler), Masło ekstra (mleko)</u>, Bazylia, świeża, Cebula</p>	<p>Zupa gulaszowa z białej fasoli 549g Składniki: Woda, Papryka czerwona, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Fasola biała z puszczy, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, <u>Koncentrat bulionu drobiowego (thermomix) (produkt) (seler)</u>, Czosnek, Cukier, Majeranek suszony, Papryka w proszku</p>	<p>Barszcz czerwony 300g Składniki: Woda, Buraki, Ziemniaki, średnio, Kura, tuszka, <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Cukier, Czosnek, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Sól biała, Ziele angielskie całe</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 439g Składniki: Kości, wywar, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Makaron czterojaeczny (gluten,jaja), Jogurt typu greckiego (mleko)</u>, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>

	sobota 2026-03-21	niedziela 2026-03-22	poniedziałek 2026-03-23	wtorek 2026-03-24	środa 2026-03-25	czwartek 2026-03-26	piątek 2026-03-27
Obiad-II danie	<p>Mortadela wieprzowo - wołowa 150g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 225g</p> <p>Mieszanka warzyw - groszek i marchew 100g</p> <p>Sok jabłkowy 240g</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 225g</p> <p>Kotlet schabowy z piersi z kurczaka 139g Składniki: Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (jaja), Mąka pszenna, typ 500 (gluten), Bułka tarta (gluten), Olej rzepakowy, Sól biała</p> <p>Kapusta biała, gotowana, zasmażana 100g (<u>Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Kompot z wiśni 220g Składniki: Woda, Wiśnie</p>	<p>Gulasz drobiowy z fasolą, marchewką i cukinią 484g Składniki: Przecier pomidorowy, Cukinia, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Fasola biała, nasiona suche, Marchew, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Majeranek suszony, Oregano suszone</p> <p>Ziemniaki, gotowane 225g</p> <p>Kompot z jabłek 235g Składniki: Woda, Jabłko</p>	<p>Spaghetti bolognese z mięsem z indyka 260g Składniki: Makaron spaghetti (gluten,jaja), Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, Cebula, Ser Parmezan (mleko), Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone, Pieprz czarny, Sól biała</p> <p>Kisiel owocowy, przygotowany 200g</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 225g</p> <p>Bitki z kotletów sojowych w sosie własnym 238g Składniki: Woda, Kotletry sojowe, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (gluten), Przyprawa do kurczaka</p> <p>Kapusta pekińska 100g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 220g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 225g</p> <p>Kaszanka z kurczaka 150g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Kapusta kiszona 100g</p> <p>Kompot z wiśni 220g Składniki: Woda, Wiśnie</p>	<p>Jajko sadzone na łyżeczce oliwy z oliwek 285g Składniki: Ziemniaki, gotowane, Jaja kurze całe (jaja), Oliwa z oliwek</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Mąka pszenna, typ 550 10g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Bulion warzywny przygotowany z kostki rosolowej 100g</p> <p>Jogurt typu greckiego 25g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Chrzan gotowy 20g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>, Dwutlenek siarki i siarczyny)</p> <p>Fasola szparagowa 150g</p> <p>Kompot z gruszek 290g Składniki: Woda, Gruszka</p>
Kolacja	<p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Szynka kanapkowa 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>ser kiri 35g</p>	<p>Sałatka selerowa z szynką i kukurydzą 165g Składniki: Seler korzeniowy (seler), Jogurt typu greckiego (mleko), Kukurydza konserwowa, Szynka konserwowa plastry, Ser żółty (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Paprykarz "Szczeciński" 50g (<u>Zboża zawierające gluten, Ryby i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</u>)</p> <p>Serek twarogowy z ziołami 66g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Jaja kurze całe 55g (<u>Jaja i produkty pochodne</u>)</p> <p>Majonez dekoracyjny 10g</p> <p>Szynka gotowana plastry 24g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Szprot w sosie pomidorowym 170g (<u>Ryby i produkty pochodne</u>)</p> <p>Serek twarogowy z ziołami 50g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sałatka ryżowa z sosem sojowym 138g Składniki: Papryka czerwona, Ryż biały, Kukurydza konserwowa, Ogórki konserwowe (siarka,gorczyca), Sos sojowy o obniżonej zawartości soli</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>ser kiri 35g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Sałatka Americana Tuńczyk z warzywami 140g (<u>Zboża zawierające gluten, Ryby i produkty pochodne</u>)</p> <p>Ser twarogowy (twaróg) półtusty 40g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>
Suma	E: 1650.94 B: 69.12 , T: 61.23 , W: 214.36 ,	E: 1532.96 B: 76.09 , T: 56 , W: 192.49 ,	E: 1866.05 B: 92.85 , T: 63.2 , W: 248.64 ,	E: 1887.67 B: 76.55 , T: 68.72 , W: 251.53 ,	E: 2030.75 B: 117.08 , T: 73.25 , W: 228.99 ,	E: 1785.93 B: 60.09 , T: 56.69 , W: 271.34 ,	E: 2150.84 B: 81.81 , T: 107.18 , W: 224.57 ,

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

	sobota 2026-03-28	niedziela 2026-03-29	poniedziałek 2026-03-30
Śniadanie	<p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Szynka kanapkowa 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Sałata 10g</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 250g</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Kiełbasa delikatesowa z kurczaka 150g (<u>Soja i produkty pochodne</u>)</p> <p>Musztarda 20g (<u>Gorczyca i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny</u>)</p> <p>Pomidor 40g</p> <p>Sernik krakowski 100g (<u>Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Płatki kukurydziane 30g</p> <p>Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu 230g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Szynka wołowa, gotowana 40g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Rzodkiewka 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>
Obiad-zupa	<p>Zupa zielona z groszku i brokołu 352g Składniki: Brokuły, Cebula, Ziemniaki, średnio, Groszek zielony, konserwowy, Olej rzepakowy, Szczypiorek</p>	<p>Rosół z makaronem 424g Składniki: Kości, wywar, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Makaron czterojęczny, gotowany (gluten, jaja), Kurkuma mielona, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała</p>	<p>Zupa jarzynowa z kaszą jęczmienną 638g Składniki: Kalafior, Włoszczyzna świeża (seler), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Ziemniaki, średnio, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Cebula, Kasza jęczmienna, pęczak (gluten), Czosnek, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>

	sobota 2026-03-28	niedziela 2026-03-29	poniedziałek 2026-03-30
Obiad-II danie	<p>Bigos z młodej kapusty i pieczarek 789g Składniki: Kapusta biała, <u>Szynka z piersi kurczaka (gluten, mleko, soja, seler)</u>, Kielbasa podlaska z kurczaka, Bulion warzywny w słoiku (przed przygotowaniem), Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, <u>Mąka pszenna, typ 550 (gluten)</u>, Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone</p> <p>Kasza gryczana 50g</p> <p>Sok wieloowocowy z owoców krajowych 250g</p>	<p>Aromatyczny kurczak i ziemniakami 338g Składniki: Ziemniaki, średnio, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Czosnek w proszku</p> <p>Kapusta pekińska 100g</p> <p>Kompot śliwkowy 350g Składniki: Woda, Śliwki</p>	<p>Łazanki 330g Składniki: Kapusta kiszona, <u>Kielbasa delikatesowa z kurczaka (soja)</u>, Makaron pszenny kokardki (farfalline)</p> <p>Kompot z truskawek 300g Składniki: Woda, Truskawki, mrożone</p>
Kolacja	<p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Ser topiony ze szczypiorkiem 100g</p> <p>Szynka z piersi kurczaka 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Galaretką wieprzowa 216g Składniki: Wieprzowina, golonka ze skórą, Marchew, Cebula, <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Por, Żelatyna, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Ser topiony Edamski 40g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 50g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>
Suma	E: 2039.74 B: 100.09 , T: 76.7 , W: 254.97 ,	E: 1957.29 B: 119.28 , T: 78.59 , W: 204.65 ,	E: 1737.65 B: 105.18 , T: 45.25 , W: 250.1 ,

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny