

	<b>sobota 2026-03-21</b>	<b>niedziela 2026-03-22</b>	<b>poniedziałek 2026-03-23</b>	<b>wtorek 2026-03-24</b>	<b>środa 2026-03-25</b>	<b>czwartek 2026-03-26</b>	<b>piątek 2026-03-27</b>
<b>Śniadanie</b>	<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 105g (<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, Gorczyca i produkty pochodne</u>)</p> <p>Ketchup (ketchup) 30g</p> <p>Pomidor 40g</p> <p>Herbata czarna, napar z cukrem 250g</p>	<p><b>Zupa mleczna 280g</b> 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 z cukrem 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 z cukrem 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>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 z cukrem 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>
<b>Obiad-zupa</b>	<p><b>Zupa ogórkowa z ziemniakami 548g</b> Składniki: Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Makaron paski, mrożona (seler)</u>, Ogórek kiszony, <u>Jogurt typu greckiego (mleko)</u>, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>	<p><b>Rosół z makaronem 424g</b> Składniki: Kości, wywar, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Makaron czteroajeczny, gotowany (gluten,jaja)</u>, Kurkuma mielona, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała</p>	<p><b>Zupa szczawiowa z jajkiem 587g</b> 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><b>Zupa pieczarkowa 418g</b> 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><b>Zupa krupnik 963g</b> Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u>, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Ziemniaki, średnio, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>	<p><b>Barszcz czerwony 300g</b> 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><b>Zupa pomidorowa z makaronem 439g</b> Składniki: Kości, wywar, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Makaron czteroajeczny (gluten,jaja), Jogurt typu greckiego (mleko)</u>, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>

	<b>sobota 2026-03-21</b>	<b>niedziela 2026-03-22</b>	<b>poniedziałek 2026-03-23</b>	<b>wtorek 2026-03-24</b>	<b>środa 2026-03-25</b>	<b>czwartek 2026-03-26</b>	<b>piątek 2026-03-27</b>
<b>Obiad-II danie</b>	Filety z kurczaka, gotowane 150g Ziemniaki, gotowane 225g Mieszanka warzyw - groszek i marchew 100g Sok jabłkowy 240g	<b>Kotlet schabowy z piersi z kurczaka</b> 134g Składniki: Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, <b>Jaja kurze całe (jaja)</b> , <b>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</b> , Olej rzepakowy, Sól biała Buraki, gotowane 100g Ziemniaki, gotowane 225g Kompot z wiśni, z cukrem 250g	<b>Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią</b> 427g Składniki: Przecier pomidorowy, Cukinia, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Marchew, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Majeranek suszony, Oregano suszone Ziemniaki, gotowane 225g <b>Kompot z jabłek</b> 250g Składniki: Woda, Jabłko, Cukier	<b>Spaghetti bolognese z mięsem z indyka</b> 253g Składniki: <b>Makaron spaghetti (gluten,jaja)</b> , Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone, Pieprz czarny, Sól biała Kisiel owocowy, przygotowany 200g	<b>Bitki z mięsą mielonego w sosie własnym</b> 238g Składniki: Woda, Mięso mielone z kurczaka, Olej rzepakowy, <b>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</b> , Przyprawa do kurczaka Cukinia 100g Ziemniaki, gotowane 225g <b>Kompot z owoców mieszanych</b> 225g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier	Ziemniaki, gotowane 225g Mięso z ud kurczaka, bez skóry 150g Buraki, gotowane 100g Kompot z wiśni, z cukrem 250g	<b>Jajko na miękko</b> 280g Składniki: Ziemniaki, gotowane, <b>Jaja kurze całe (jaja)</b> Fasola szparagowa 150g <b>Kompot z gruszek</b> 295g Składniki: Woda, Gruszka, Cukier
<b>Kolacja</b>	Chleb baltonowski 70g ( <b>Zboża zawierające gluten</b> ) Masło ekstra 10g ( <b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ) Szynka kanapkowa 30g ( <b>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</b> ) ser kiri 35g Herbata czarna, napar z cukrem 250g	Chleb baltonowski 70g ( <b>Zboża zawierające gluten</b> ) Masło ekstra 10g ( <b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ) Szynka konserwowa plastry 30g Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g ( <b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ) Herbata czarna, napar z cukrem 250g	Chleb baltonowski 70g ( <b>Zboża zawierające gluten</b> ) Masło ekstra 10g ( <b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ) Pasta kanapkowa z kurczaka 50g ( <b>Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</b> ) Serek twarogowy z ziołami 66g Herbata czarna, napar z cukrem 250g	Chleb baltonowski 70g ( <b>Zboża zawierające gluten</b> ) Masło ekstra 10g ( <b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ) Jaja kurze całe 55g ( <b>Jaja i produkty pochodne</b> ) Majonez dekoracyjny 10g Szynka gotowana plastry 24g Herbata czarna, napar z cukrem 250g	Chleb baltonowski 70g ( <b>Zboża zawierające gluten</b> ) Masło ekstra 10g ( <b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ) Szprot w sosie pomidorowym 170g ( <b>Ryby i produkty pochodne</b> ) Serek twarogowy z ziołami 50g Herbata czarna, napar z cukrem 250g	<b>Sałtka ryżowa z sosem sojowym</b> 138g Składniki: Papryka czerwona, Ryż biały, Kukurydza konserwowa, <b>Ogórki konserwowe (siarka,gorczyca)</b> , Sos sojowy o obniżonej zawartości soli Chleb baltonowski 70g ( <b>Zboża zawierające gluten</b> ) Masło ekstra 10g ( <b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ) ser kiri 35g Herbata czarna, napar z cukrem 250g	Chleb baltonowski 70g ( <b>Zboża zawierające gluten</b> ) Masło ekstra 10g ( <b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ) Sałatka Americana Tuńczyk z warzywami 140g ( <b>Zboża zawierające gluten, Ryby i produkty pochodne</b> ) Ser topiony Edamski 40g ( <b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b> ) Herbata czarna, napar z cukrem 250g
<b>Suma</b>	E: <b>1585.44</b> B: <b>90.07</b> , T: <b>39.18</b> , W: <b>226.86</b> ,	E: <b>1718.91</b> B: <b>75.47</b> , T: <b>47.35</b> , W: <b>256.49</b> ,	E: <b>1836.38</b> B: <b>80.9</b> , T: <b>61.99</b> , W: <b>251.33</b> ,	E: <b>1953.62</b> B: <b>73.44</b> , T: <b>66.32</b> , W: <b>276.52</b> ,	E: <b>2080.09</b> B: <b>108.03</b> , T: <b>84.16</b> , W: <b>240.79</b> ,	E: <b>1941.53</b> B: <b>72.99</b> , T: <b>48.11</b> , W: <b>313.25</b> ,	E: <b>2094.89</b> B: <b>75.62</b> , T: <b>100.82</b> , W: <b>229.42</b> ,

**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

	<b>sobota 2026-03-28</b>	<b>niedziela 2026-03-29</b>	<b>poniedziałek 2026-03-30</b>
<b>Śniadanie</b>	<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>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>Salata 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 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 z cukrem 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 z cukrem 250g</p>
<b>Obiad-zupa</b>	<p><b>Zupa zielona z groszku i brokołu 352g</b> Składniki: Brokuły, Cebula, Ziemniaki, średnio, Groszek zielony, konserwowy, Olej rzepakowy, Szczypiorek</p>	<p><b>Rosół z makaronem 424g</b> Składniki: Kości, wywar, <b>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Makaron czterojajeczny, gotowany (gluten, jaja)</b>, Kurkuma mielona, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała</p>	<p><b>Zupa jarzynowa z kaszą jęczmienną 638g</b> Składniki: Kalafior, <b>Włoszczyzna świeża (seler)</b>, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Ziemniaki, średnio, <b>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</b>, Cebula, <b>Kasza jęczmienna, pęczak (gluten)</b>, Czosnek, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>

	<b>sobota 2026-03-28</b>	<b>niedziela 2026-03-29</b>	<b>poniedziałek 2026-03-30</b>
<b>Obiad-II danie</b>	<p><b>Bigos z młodej kapusty i pieczarek 714g</b> Składniki: Kapusta biała, Filety z kurczaka, gotowane, Bulion warzywny w słoiku (przed przygotowaniem), Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, <b>Mąka pszenna, typ 550 (gluten)</b>, Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone</p> <p>Pieczarki, świeże 80g</p> <p>Kasza gryczana 50g</p> <p>Sok wieloowocowy z owoców krajowych 250g</p>	<p><b>Aromatyczny kurczak i ziemniakami 338g</b> Składniki: Ziemniaki, średnio, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Czosnek w proszku</p> <p>Kapusta pekińska 100g</p> <p><b>Kompot śliwkowy 355g</b> Składniki: Woda, Śliwki, Cukier</p>	<p><b>Makaron z gotowaną pierśią z kurczaka i marchewką 330g</b> Składniki: Marchew, gotowana, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Makaron pszenny kokardki (farfalline)</p> <p><b>Kompot z truskawek 305g</b> Składniki: Woda, Truskawki, mrożone, Cukier</p>
<b>Kolacja</b>	<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 z cukrem 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>Ser topiony Edamski 40g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Herbata czarna, napar z cukrem 250g</p> <p>Salato Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (<u>Jaja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</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 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 z cukrem 250g</p>
<b>Suma</b>	E: <b>1968.34</b> B: <b>91.23</b> , T: <b>64.66</b> , W: <b>273.14</b> ,	E: <b>1952.97</b> B: <b>98.15</b> , T: <b>77.14</b> , W: <b>225.17</b> ,	E: <b>1863.1</b> B: <b>107.06</b> , T: <b>43.34</b> , W: <b>280.89</b> ,

**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