

|            | niedziela<br>2026-07-19                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | poniedziałek<br>2026-07-20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | wtorek<br>2026-07-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | środa<br>2026-07-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | czwartek<br>2026-07-23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | piątek<br>2026-07-24                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | sobota<br>2026-07-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie  | Chleb baltonowski 105g ( <u>Zboża zawierające gluten</u> )<br><br>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g ( <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> )<br><br>Kielbasa śląska 100g<br><br>Musztarda 20g ( <u>Gorczyca i produkty pochodne</u> , <u>Dwutlenek siarki i siarczyny</u> )<br><br>Pomidor 50g<br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Chleb baltonowski 105g ( <u>Zboża zawierające gluten</u> )<br><br>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g ( <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> )<br><br>Pierś gotowana z indyka 30g ( <u>Soja i produkty pochodne</u> , <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> , <u>Seler i produkty pochodne</u> , <u>Gorczyca i produkty pochodne</u> )<br><br>Ser twarogowy śmietankowy, Haga Lactima 17g ( <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> )<br><br>Rzodkiewka 45g<br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Chleb baltonowski 105g ( <u>Zboża zawierające gluten</u> )<br><br>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g ( <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> )<br><br>Szynka drewnem wędzona, Balcerzak 40g ( <u>Soja i produkty pochodne</u> , <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> , <u>Seler i produkty pochodne</u> , <u>Gorczyca i produkty pochodne</u> )<br><br>Sałata lodowa 20g<br><br>Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 250g | Płatki jaglane 55g<br><br>Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu 230g ( <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> )<br><br>Chleb baltonowski 70g ( <u>Zboża zawierające gluten</u> )<br><br>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g ( <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> )<br><br>Serek śmietankowy z papryką, Polmlek 30g ( <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> )<br><br>Pomidor 50g<br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Płatki owsiane 55g ( <u>Zboża zawierające gluten</u> )<br><br>Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu 230g ( <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> )<br><br>Chleb baltonowski 70g ( <u>Zboża zawierające gluten</u> )<br><br>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g ( <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> )<br><br>Ser Edamski, Mlekovita 30g ( <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> )<br><br>Rzodkiewka 45g<br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Chleb baltonowski 105g ( <u>Zboża zawierające gluten</u> )<br><br>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g ( <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> )<br><br>Mlekovita, Ser Polski kanapkowy 30g ( <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> )<br><br>Sałata lodowa 20g<br><br>Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 250g | <b>Kasza manna na mleku 280g</b><br>Składniki: <b>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Kasza manna (gluten)</b><br><br>Chleb baltonowski 70g ( <u>Zboża zawierające gluten</u> )<br><br>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g ( <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> )<br><br>Polędwica sopocka 30g ( <u>Jaja i produkty pochodne</u> , <u>Soja i produkty pochodne</u> , <u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> , <u>Seler i produkty pochodne</u> , <u>Gorczyca i produkty pochodne</u> )<br><br>Pomidor 50g<br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g |
| Obiad-zupa | <b>Rosół z makaronem 434g</b><br>Składniki: Kości, wywar, <b>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Makaron czterościankowy, gotowany (gluten,jaja)</b> , Kurkuma mielona, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała                                                                                                                    | <b>Zupa pomidorowa z ryżem 449g</b><br>Składniki: Kości, wywar, <b>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Ryż biały, Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu (mleko)</b> , Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Zupa serowa z ryżem 370g</b><br>Składniki: Bulion warzywny przygotowany z kostki rosolowej, <b>Serek topiony ze śmietanką (mleko), Jogurt typu greckiego (mleko)</b> , Ryż biały, Cebula, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki)                                                                                                                                                                                                                | <b>Malinówka 462g</b><br>Składniki: Woda, Maliny, Makaron pszenny świderki, <b>Jogurt naturalny, Zott (mleko)</b> , Cukier, Skrobia ziemniaczana                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Zupa krem z zielonego groszku z fetą 662g</b><br>Składniki: Groszek zielony, mrożony, Bulion warzywny przygotowany z kostki rosolowej, Ziemniaki, średnio, Cebula, <b>Ser Favita, sałatkowo- kanapkowy (mleko), Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania (mleko), Jogurt typu greckiego (mleko)</b> , Sok z cytryny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała                                                                                                                              | <b>Zupa botwinka z ziemniakami i koperkiem 376g</b><br>Składniki: Ziemniaki, średnio, Botwina, <b>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</b> , Cytryna, <b>Kostka rosolowa warzywna bez glutamianu sodu (seler)</b> , Koper ogrodowy                                                                                                                  | <b>Barszcz biały 607g</b><br>Składniki: Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, Kielbasa biała surowa, <b>Zakwas pszenny (gluten), Jaja kurze całe, gotowane (jaja), Jogurt typu greckiego (mleko)</b> , Marchew, Czosnek, <b>Chrzan, Rolnik (mleko,siarka)</b> , Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała                                                                                                                                                                                                                                                                |

|                | niedziela<br>2026-07-19                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | poniedziałek<br>2026-07-20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | wtorek<br>2026-07-21                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | środa<br>2026-07-22                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | czwartek<br>2026-07-23                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | piątek<br>2026-07-24                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | sobota<br>2026-07-25                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Obiad-II danie | <p><b>Schab duszony w lekkim sosie</b> 253g<br/>Składniki: Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, <b>Maka pszenna, typ 500 (gluten)</b>, <b>Kostka rosolowa warzywna bez glutaminianu sodu (seler)</b>, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Tymianek suszony, Ziele angielskie całe</p> <p>Ziemniaki młode 225g</p> <p><b>Mizeria</b> 114g<br/>Składniki: Ogórek świeży (długi), <b>Jogurt naturalny, Zott (mleko)</b>, Koper ogrodowy, Sól biała</p> <p><b>Kompot z jabłek</b> 280g<br/>Składniki: Woda, Jabłko</p> <p>Kisiel owocowy, przygotowany 180g</p> | <p><b>Duszona młoda kapustka z kurczakiem</b> 739g<br/>Składniki: Kapusta biała, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cebula, Marchew, Koper ogrodowy, Olej rzepakowy, Czosnek, Liście laurowe, suszone</p> <p>Ziemniaki, gotowane 225g</p> <p><b>Kompot śliwkowy</b> 280g<br/>Składniki: Woda, Śliwki</p>                                                                                                                                                                                                                                            | <p><b>Kopytka w sosie pieczarkowym</b> 546g<br/>Składniki: Ziemniaki, gotowane, Pieczarki, świeże, <b>Maka pszenna, typ 550 (gluten)</b>, Woda, <b>Śmietana, 18% tłuszczu (mleko)</b>, Cebula, <b>Jaja kurze całe (jaja)</b>, Mąka ziemniaczana, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Sól biała</p> <p><b>Salatka z jogurtem</b> 106g<br/>Składniki: Salata, <b>Jogurt naturalny, Zott (mleko)</b>, Koper ogrodowy, Sól biała</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 220g<br/>Składniki: Woda, Mieszanaka owocowa, mrożona</p> | <p><b>Spaghetti bolognese z mięsem wołowym</b> 253g<br/>Składniki: <b>Makaron spaghetti (gluten,jaja)</b>, Passata - przetarte pomidory, Wołowina mielona, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia, świeża, Oregano suszone, Tymianek suszony, Pieprz czarny, Sól biała</p> <p><b>Kompot z wiśni</b> 280g<br/>Składniki: Woda, Wiśnie</p>                                                                                                                                                                                                                            | <p><b>Pulpety drobiowe</b> 390g<br/>Składniki: Bulion warzywny przygotowany z kostki rosolowej, Mięso mielone z kurczaka, <b>Jaja kurze całe (jaja)</b>, <b>Bulka tarta (gluten)</b>, Majeranek suszony, Sól biała</p> <p>Ziemniaki młode 225g</p> <p><b>Surówka "coleslaw"</b> 223g<br/>Składniki: Kapusta biała, Marchew, Cebula, Cytryna, <b>Jogurt naturalny, Zott (mleko)</b>, Koper ogrodowy, <b>Oceł winny (siarka)</b>, Miód pszczeli</p> <p><b>Kompot z gruszek</b> 280g<br/>Składniki: Woda, Gruszka</p>                                    | <p><b>Fasolka, kasza gryczana z jajkiem sadzonym</b> 418g<br/>Składniki: Fasolka szparagowa żółta, <b>Jaja kurze całe (jaja)</b>, Kasza gryczana, Oliwa z oliwek, Koper ogrodowy</p> <p>Kefir, 2% tłuszczu 240g (<b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>)</p>                                                                                                                                                                                                         | <p><b>Kartacze z mięsem</b> 506g<br/>Składniki: Ziemniaki, średnio, Wieprzowina, łopatka, Cebula, Mąka ziemniaczana, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała</p> <p>Salatka szwedzka, konserwowa 150g (<b>Gorczyca i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny</b>)</p> <p><b>Kompot z truskawek</b> 300g<br/>Składniki: Woda, Truskawki, mrożone</p>                                                                                                                                                                                                                    |
| Kolacja        | <p>Chleb baltonowski 105g (<b>Zboża zawierające gluten</b>)</p> <p>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>)</p> <p>Tartare serek puszysty ziołowy 20g (<b>Ryby i produkty pochodne, Orzechy</b>)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p><b>Salatka gyros</b> 350g<br/>Składniki: Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Kapusta pekińska, Ogórek świeży (długi), <b>Jogurt naturalny, Zott (mleko)</b>, Pomidor, Olej rzepakowy, Przyprawa do gyros, Ziola prowansalskie</p>                           | <p>Chleb baltonowski 105g (<b>Zboża zawierające gluten</b>)</p> <p>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>)</p> <p>ser kiri 35g</p> <p>Pierś gotowana z indyka 30g (<b>Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</b>)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p><b>Salatka z jogurtem</b> 106g<br/>Składniki: Salata, <b>Jogurt naturalny, Zott (mleko)</b>, Koper ogrodowy, Sól biała</p> | <p>Chleb baltonowski 105g (<b>Zboża zawierające gluten</b>)</p> <p>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>)</p> <p>Szynka na krajalicę JBB</p> <p>Baldyga 40g (<b>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</b>)</p> <p>ser kiri 35g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>                                                                                                   | <p>Chleb baltonowski 70g (<b>Zboża zawierające gluten</b>)</p> <p>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>)</p> <p>Polędwica sopocka 30g (<b>Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</b>)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p><b>Salatka ziemniaczana</b> 232g<br/>Składniki: Ziemniaki, średnio, Ogórek świeży (długi), <b>Jogurt naturalny, Zott (mleko)</b>, Rzodkiewka, Salata, Koper ogrodowy</p> | <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Chleb baltonowski 105g (<b>Zboża zawierające gluten</b>)</p> <p>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>)</p> <p>Ser twarogowy śmietankowy, Haga Lactima 35g (<b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>)</p> <p>Szynka na krajalicę JBB</p> <p>Baldyga 30g (<b>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</b>)</p> | <p>Chleb baltonowski 105g (<b>Zboża zawierające gluten</b>)</p> <p>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>)</p> <p>Tartare serek puszysty ziołowy 20g (<b>Ryby i produkty pochodne, Orzechy</b>)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p><b>Surówka z kapusty pekińskiej</b> 317g<br/>Składniki: Kapusta pekińska, Jabłko, Marchew, <b>Jogurt naturalny, Zott (mleko)</b>, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy</p> | <p>Chleb baltonowski 70g (<b>Zboża zawierające gluten</b>)</p> <p>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<b>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</b>)</p> <p>Tartare serek puszysty ziołowy 20g (<b>Ryby i produkty pochodne, Orzechy</b>)</p> <p>Filety z makreli w sosie pomidorowym 150g (<b>Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Ryby i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</b>)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> |
| Suma           | E: 1843.86 kcal B: 106.85 g, T: 50.27 g, W: 253.02 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | E: 1735.4 kcal B: 85.23 g, T: 48.97 g, W: 254.37 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | E: 1940.21 kcal B: 69.08 g, T: 70.12 g, W: 269.16 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | E: 1834.68 kcal B: 71.08 g, T: 47.23 g, W: 292.56 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | E: 2081.85 kcal B: 91.92 g, T: 73.23 g, W: 288.39 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | E: 1920.22 kcal B: 77.47 g, T: 72.63 g, W: 254.28 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | E: 2006.69 kcal B: 113.45 g, T: 61.79 g, W: 259.7 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |

**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), 08-Orzechy, 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

|                | niedziela<br>2026-07-26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | poniedziałek<br>2026-07-27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | wtorek<br>2026-07-28                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie      | <p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Parówki z szynki, JBB</p> <p>Bałdyga 100g (<u>Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</u>)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Ketchup (ketchup) 20g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Chleb baltonowski 105g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Szynka drewnem wędzona, Balcerzak 40g (<u>Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</u>)</p> <p>Rzodkiewka 45g</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 250g</p> | <p>Płatki kukurydziane 40g</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>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Schab Benedykta 40g (<u>Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Gorczyca i produkty pochodne</u>)</p> <p>Salata 20g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> |
| Obiad-zupa     | <p><b>Rosół z makaronem 424g</b></p> <p>Składniki: Kości, wywar, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Makaron czterojęczny, gotowany (gluten, jaja)</u>, Kurkuma mielona, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała</p>                                                                                                                                                                                                       | <p><b>Zupa kalafiorowa 572g</b></p> <p>Składniki: Kości, wywar, Kalafior, Ziemniaki, średnio, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu (mleko)</u>, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>                                                                                                                                                               | <p><b>Zupa grochowa 561g</b></p> <p>Składniki: Kości, wywar, Groch, nasiona suche, Ziemniaki, średnio, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu (mleko)</u>, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>                                                                                                                                                                                                                                                |
| Obiad-II danie | <p><b>Udko pieczone z ziemniakami i surówką z buraczków 593g</b></p> <p>Składniki: Ziemniaki młode, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Buraki, Olej rzepakowy, Czosnek, Curry w proszku, Kminek cały, Liście kolendry, suszone, Majeranek suszony, Papryka w proszku, Sól ziołowa</p> <p><b>Kompot z czerwonej porzeczki 300g</b></p> <p>Składniki: Woda, Porzeczki czerwone</p>                                                                                   | <p>Pyzy z mięsem 350g (<u>Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Salatka szwedzka, konserwowa 150g (<u>Gorczyca i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny</u>)</p> <p>Sok brzoskwiniowo-pomarańczowy 240g</p>                                                                                       | <p><b>Gulasz z cukinią i ryżem 427g</b></p> <p>Składniki: Cukinia, Pomidory krojone w puszce lub kartoniku, Ryż basmati, Marchew, Cebula, Fasola biała z puszki, Oliwa z oliwek, Papryka w proszku, Pieprz czarny, Sól biała, Ziola prowansalskie</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 220g</b></p> <p>Składniki: Woda, Mieszanina owocowa, mrożona</p>                                                                                                                                                           |

|         | niedziela<br>2026-07-26                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | poniedziałek<br>2026-07-27                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | wtorek<br>2026-07-28                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Kolacja | <p>Chleb bałtonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Pasłębki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Ser twarogowy śmietankowy, Haga Lactima 35g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p><b>Salatka jarzynowa</b> 223g<br/>                     Składniki: Ziemniaki, średnio, <b>Jaja kurze całe (jaja)</b>, Marchew, <b>Jogurt naturalny, Zott (mleko)</b>, Pietruszka, korzeń, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek, Sól biała</p> | <p>Chleb bałtonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Pasłębki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Golonka Wojskowa 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</u>)</p> <p>Serek śmietankowy, Polmlek 30g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p><b>Salatka ryżowa z sosem sojowym</b> 181g<br/>                     Składniki: Papryka czerwona, Ryż brązowy, Ogórek świeży (długi), Marchew, Sos sojowy o obniżonej zawartości soli</p> | <p>Chleb bałtonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Pasłębki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Szynka na krajalnicę JBB Bałdyga 30g (<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>Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>Jaja i produkty pochodne</u>)</p> <p>Majonez stołowy, Roleski 10g (<u>Jaja i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</u>)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> |
| Suma    | E: 1779.64 kcal B: 87.46 g, T: 83.33 g, W: 181.76 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | E: 1883.68 kcal B: 68.58 g, T: 52.54 g, W: 297.99 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | E: 1834.09 kcal B: 75.68 g, T: 56.09 g, W: 273.13 g,                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

**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