

	czwartek 2026-07-09	piątek 2026-07-10	sobota 2026-07-11	niedziela 2026-07-12	poniedziałek 2026-07-13	wtorek 2026-07-14	środa 2026-07-15
Śniadanie	Platki kukurydziane 30g Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu 200g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 5g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Pierś gotowana z indyka 30g (<u>Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</u>) Salata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Kakao naturalne o obniżonej zawartości tłuszczu 5g Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu 200g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Chleb żytni razowy 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Mlekovita, Ser Polski kanapkowy 25g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Ser twarogowy śmietankowy, Haga Lactima 17g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Rzodkiewka 45g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Chleb żytni razowy 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) 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>) Salata lodowa 20g Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 250g	Chleb żytni razowy 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Serek śmietankowy z papryką, Polmlek 30g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Parówki z szynki, JBB Bałdyga 100g (<u>Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</u>) Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g Mus owocowy 100% (jabł, banan, trusk, march) 100g	Platki owsiane 40g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu 230g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 5g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Ser Edamski, Mlekovita 30g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Rzodkiewka 45g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Chleb żytni razowy 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) 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>) Salata lodowa 20g Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 250g Mus owocowy 100% (smak dowolny) 100g	Kasza manna na mleku 280g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Kasza manna (gluten)</u> Chleb żytni razowy 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Twarożek wiejski, 2% tłuszczu 50g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Pomidor 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
II Śniadanie	Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 5g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Deliser Klasyczny, Mlekovita 17g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Pomidor 30g	Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 30g Twarożek wiejski, 2% tłuszczu 20g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)	Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 5g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Serek śmietankowy, Polmlek 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Ogórek świeży (długi) 30g	Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Twarożek wiejski, 2% tłuszczu 50g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Rzodkiewka 30g	Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 5g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Pomidor 30g	Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 5g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Ser topiony gouda, Lactima 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Ogórki konserwowe 10g (<u>Gorczyca i produkty pochodne, Dwutlenek siarki i siarczyny</u>)	Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 5g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Pierś gotowana z indyka 15g (<u>Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</u>) Salata 10g

	czwartek 2026-07-09	piątek 2026-07-10	sobota 2026-07-11	niedziela 2026-07-12	poniedziałek 2026-07-13	wtorek 2026-07-14	środa 2026-07-15
Obiad-zupa	Zupa ziemniaczana 537g Składniki: Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Cebula, <u>Jogurt typu greckiego (mleko)</u> , Olej rzepakowy, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe, Majeranek suszony	Zupa jarzynowa z kaszą jęczmienną 501g Składniki: Kalaflor, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Ziemniaki, średnio, <u>Kasza jęczmienna, pęczak (gluten)</u> , <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Cebula, Czosnek, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe	Zupa ogórkowa z kaszą jaglaną 995g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Ziemniaki, średnio, Cebula, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Kasza jaglana, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Ogórek kiszony, Olej rzepakowy, Czosnek, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe	Rosół z makaronem 423g Składniki: Kości, wywar, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u> , <u>Makaron czterojęczyny, gotowany (gluten,jaja)</u> , Kurkuma mielona, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki)	Krupnik ryżowy 486g Składniki: Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u> , Ryż biały, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe	Zupa porowa 715g Składniki: Bulion warzywny przygotowany z kostki rosolowej, Por, Ziemniaki, średnio, Marchew, <u>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania (mleko)</u>	Barszcz czerwony z ziemniakami 344g Składniki: Woda, Ziemniaki, średnio, Buraki, Kura, tuszka, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Marchew, Pietruszka, korzeń, Por, Cukier, Czosnek, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe
Obiad-II danie	Gulasz wieprzowy 292g Składniki: Wieprzowina, łopatka, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u> , Cebula, <u>Jogurt typu greckiego (mleko)</u> , Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Sól biała Kasza gryczana 60g Ogórek kiszony 120g Kompot z jabłek 280g Składniki: Woda, Jabłko	Ziemniaki, gotowane 225g Kotlet jajeczny 161g Składniki: <u>Jaja kurze całe, gotowane (jaja)</u> , Ziemniaki, gotowane, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Bułka tarta (gluten)</u> , Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki) Fasola szparagowa, gotowana w wodzie 150g Kompot śliwkowy 280g Składniki: Woda, Śliwki	Ziemniaki, gotowane 225g Mortadela wieprzowo - wołowa 100g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u> , <u>Seler i produkty pochodne</u>) Marchewka z groszkiem 216g Składniki: Marchew, Groszek zielony, konserwowy, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u> , <u>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania (mleko)</u> Kompot z owoców mieszanych 220g Składniki: Woda, Mieszanaka owocowa, mrożona	Kotlet schabowy z piersi z kurczaka 188g Składniki: Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u> , <u>Bułka tarta (gluten)</u> , Olej rzepakowy Ziemniaki, średnio 225g Surówka z białej kapusty 200g Składniki: Kapusta biała, Marchew, Rzodkiewka, Cebula, Sok z cytryny, Koper ogrodowy, Oregano suszone Kompot z wiśni 280g Składniki: Woda, Wiśnie	Pulpety w sosie koperkowym 281g Składniki: <u>Bulion mięsny (seler)</u> , Wieprzowina, mielona, <u>Jogurt typu greckiego (mleko)</u> , <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Bułka tarta (gluten)</u> , <u>Mąka pszenna, typ 550 (gluten)</u> , Cebula, Koper ogrodowy, Majeranek suszony, Pieprz czarny Ziemniaki młode 225g Surówka "colesław" 223g Składniki: Kapusta biała, Marchew, Cebula, Cytryna, <u>Jogurt naturalny, Zott (mleko)</u> , Koper ogrodowy, <u>Ocet winny (siarka)</u> , Miód pszczeli Kompot z gruszek 280g Składniki: Woda, Gruszka	Potrąwka z kurczaka 496g Składniki: Bulion warzywny przygotowany z kostki rosolowej, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Marchew, Ryż biały, Groszek zielony, mrożony, <u>Jogurt typu greckiego (mleko)</u> , <u>Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania (mleko)</u> , Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sok z cytryny, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny Surówka z czerwonej kapusty 205g Składniki: Kapusta czerwona, Jabłko, Cebula, Cytryna, Marchew, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki) Kompot z owoców mieszanych 220g Składniki: Woda, Mieszanaka owocowa, mrożona	Bitki w sosie 131g Składniki: Wieprzowina, schab surowy bez kości, Cebula, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u> , Pieprz czarny Ziemniaki, gotowane 225g Surówka z buraków 238g Składniki: Buraki, Jabłko bez skóry, Olej rzepakowy, Sok z cytryny Kompot z truskawek 300g Składniki: Woda, Truskawki, mrożone
Podwieczorek	Grapefruit 125g	Pieczone jabłko z cynamonem 162g Składniki: Jabłko, Cynamon w proszku	Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 200g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)	Sok pomidorowy 240g	Jogurt naturalny, Zott 180g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Banan 65g	Galaretką owocowa bez cukru (po przyrządzeniu) 180g	Kisiel owocowy, przygotowany 180g

	czwartek 2026-07-09	piątek 2026-07-10	sobota 2026-07-11	niedziela 2026-07-12	poniedziałek 2026-07-13	wtorek 2026-07-14	środa 2026-07-15
Kolacja	Chleb żytni razowy 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Tartare serek puszysty ziołowy 20g (<u>Ryby i produkty pochodne, Orzechy</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Salatka z makaronem ryżowym 169g Składniki: Ogórek świeży (długi), Makaron ryżowy, <u>Jogurt naturalny, Zott (mleko), Pierś gotowana z indyka (mleko,soja,gorczyca,seler)</u>, Marchew, gotowana, <u>Majonez stołowy, Rolesski (jaja,gorczyca)</u>, Bazylia, suszona, Koper ogrodowy	Chleb żytni razowy 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Serek śmietankowy, Polmlek 30g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Paprykarz "Szczeciński" 100g (<u>Zboża zawierające gluten, Ryby i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</u>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Chleb żytni razowy 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Szynka na krajalicę JBB Bałdyga 40g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</u>) ser kiri 35g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Chleb żytni razowy 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Polędwica sopocka 30g (<u>Jaja i produkty pochodne, Soja i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne</u>) Salatka jarzynowa 222g Składniki: Ziemniaki, średnio, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Marchew, <u>Jogurt naturalny, Zott (mleko)</u>, Pietruszka, korzeń, Koper ogrodowy, Oliwa z oliwek Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Chleb żytni razowy 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Ser twarogowy śmietankowy, Haga Lactima 35g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Salatka z brokuła i tuńczyka 243g Składniki: Brokuły, <u>Tuńczyk kawałki w sosie własnym (ryby)</u>, Pomidor, <u>Jogurt typu greckiego (mleko)</u>, Czosnek	Chleb żytni razowy 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Tartare serek puszysty ziołowy 20g (<u>Ryby i produkty pochodne, Orzechy</u>) Szynka na krajalicę 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>) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Chleb żytni razowy 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Pasta z serka wiejskiego z makrelą 115g Składniki: <u>Makrela, wędzona (ryby)</u>, <u>Serek wiejski lekki (mleko)</u>, <u>Jogurt typu greckiego (mleko)</u>, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki) Herbata czarna, napar bez cukru 250g
Suma	E: 1916.43 kcal B: 84.14 g, T: 72.28 g, W: 250.74 g,	E: 1969 kcal B: 79.22 g, T: 75.28 g, W: 267.3 g,	E: 1896.59 kcal B: 83.03 g, T: 76.46 g, W: 243.65 g,	E: 1846.71 kcal B: 99.85 g, T: 71.59 g, W: 216.23 g,	E: 1871.58 kcal B: 96.22 g, T: 58.91 g, W: 254.58 g,	E: 1820.83 kcal B: 92.1 g, T: 63.66 g, W: 240.84 g,	E: 1891.27 kcal B: 87.11 g, T: 57.64 g, W: 272.78 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

	czwartek 2026-07-16	piątek 2026-07-17	sobota 2026-07-18
Śniadanie	Płatki gryczane 40g Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu 230g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) 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>) Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Chleb żytni razowy 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Tartare serek puszysty ziołowy 20g (<u>Ryby i produkty pochodne, Orzechy</u>) Rzodkiewka 45g Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 250g	Płatki jaglane 40g Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu 230g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Schab Benedykta 20g (<u>Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Gorczyca i produkty pochodne</u>) Sałata 20g Herbata czarna, napar bez cukru 250g
II Śniadanie	Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 5g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Mlekovita, Ser Polski kanapkowy 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Ogórek świeży (długi) 30g	Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Ser twarogowy (twaróg) chudy 20g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Ogórek świeży (długi) 30g Koper ogrodowy 2g	Chleb żytni razowy 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 5g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Schab Benedykta 20g (<u>Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Gorczyca i produkty pochodne</u>) Pomidor 30g

	czwartek 2026-07-16	piątek 2026-07-17	sobota 2026-07-18
Obiad-zupa	Zupa pieczarkowa 656g Składniki: Bulion warzywny w słoiku (przed przygotowaniem), Ziemiaki, średnio, Pieczarki, świeże, Marchew, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Cebula, Pietruszka, korzeń, Jogurt typu greckiego (mleko) , Por, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe, Pieprz czarny	Zupa pomidorowa z makaronem 456g Składniki: Kości, wywar, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler) , Makaron czterojajeczny (gluten,jaja) , Jogurt naturalny, Zott (mleko) , Koncentrat pomidorowy, 30%, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe	Zupa krem z marchwi 548g Składniki: Woda, Marchew, Ryż biały, Ser Favita, sałatkowo- kanapkowy (mleko) , Curry w proszku, Kurkuma mielona, Pieprz czarny
Obiad-II danie	Gołąbek 602g Składniki: Kapusta biała, Wieprzowina, łopatką, Ryż biały, Jogurt naturalny, Zott (mleko) , Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Mąka pszenna, typ 500 (gluten) , Pieprz czarny	Ryba pieczona ze szpinakiem 415g Składniki: Dorsz, świeży (ryby) , Pomidory koktajlowe, Szpinak, Ryż brązowy, Ser Favita, sałatkowo-kanapkowy (mleko) , Olej rzepakowy	Risotto 894g Składniki: Bulion warzywny w słoiku (przed przygotowaniem), Cukinia, Filety z kurczaka, gotowane, Marchew, Pomidor, Fasola szparagowa, Ryż basmati, Cebula, Oliwa z oliwek, Czosnek, Szcypiorek, Oregano suszone, Pieprz czarny
	Ziemiaki, gotowane 225g	Surówka z marchwi i jabłka 130g Składniki: Jabłko, Marchew	Kompot z owoców mieszanych 220g Składniki: Woda, Mieszanaka owocowa, mrożona
	Kompot z czerwonej porzeczki 300g Składniki: Woda, Porzeczki czerwone	Kompot z gruszek 280g Składniki: Woda, Gruszka	
Podwieczorek	Brzoskwinia 90g	Pieczona gruszka z cynamonem 162g Składniki: Gruszka, Cynamon w proszku	Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 200g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))
Kolacja	Chleb żytni razowy 60g (Zboża zawierające gluten) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Golonka Wojskowa 30g (Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne) Ser twarogowy śmietankowy, Haga Lactima 35g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Ogórek świeży (długi) 50g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Chleb żytni razowy 60g (Zboża zawierające gluten) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Serek śmietankowy, Polmlek 30g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Pasta jajeczna ze szcypiorkiem 125g Składniki: Jaja kurze całe (jaja) , Szcypiorek, Majonez stołowy, Roleski (jaja,gorczyca) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Chleb żytni razowy 60g (Zboża zawierające gluten) Pasłeczki miks tłuszczowy do smarowania 10g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Szynka na krajalnicę JBB Baldyga 30g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Salatka z kaszą kuskus 210g Składniki: Pomidor, Ogórek świeży (długi), Ser twarogowy śmietankowy, Haga Lactima (mleko), Kasza kuskus (gluten) , Pietruszka, liście (natka pietruszki), Oliwa z oliwek

	czwartek 2026-07-16	piątek 2026-07-17	sobota 2026-07-18
Suma	E: 2062.31 kcal B: 105.93 g, T: 69.28 g, W: 273.55 g,	E: 1869.36 kcal B: 90.8 g, T: 71.18 g, W: 233.38 g,	E: 2015.03 kcal B: 89.77 g, T: 67.41 g, W: 276.62 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