

	poniedziałek 2026-02-02	wtorek 2026-02-03	środa 2026-02-04	czwartek 2026-02-05	piątek 2026-02-06	sobota 2026-02-07	niedziela 2026-02-08
Śniadanie	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 240g Marchew, gotowana 100g Bułka wrocławska 50g (01) Chleb baltonowski 50g (01) Szynka delikatesowa z kurczaka 40g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 15g (07) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 81g (03) <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Szczypiorek E: 725.19, B: 33.31, T: 32.74, W: 77.84	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Bułka wrocławska 100g (01) Marchew, gotowana 100g Ser Mozzarella, w kostce 50g (07) Baton szynkowy z indyka 40g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 14g (07) Płatki owsiane z mlekiem 300g (01, 07) <u>Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Płatki owsiane (gluten)</u> E: 865.02, B: 39.96, T: 36.08, W: 99.08	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Marchew, gotowana 100g Bułka kajzerka 50g (01) Chleb baltonowski 50g (01) Ser żółty 45g (07) Szynka miódowa 40g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 14g (07) Kluski lane na mleku 300g (07) <u>Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko)</u>, Kluski lane E: 775.97, B: 39.21, T: 32.16, W: 85.68	Herbata owocowa 250g Marchew, gotowana 100g Pasztet drobiowy 80g Bułka kajzerka 50g (01) Chleb baltonowski 50g (01) Masło ekstra 14g (07) Kasza jaglana na mleku 250g (07) <u>Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko)</u>, Kasza jaglana E: 749.52, B: 29.1, T: 29.53, W: 95.22	Herbata owocowa 250g Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 240g Bułka kajzerka 100g (01) Pomidor bez skóry 100g Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 45g (07) Szynka z udźca kurczaka 40g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 14g (07) Koper ogrodowy 2g E: 683.58, B: 32.68, T: 27.52, W: 78.03	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 240g Bułka pszenna zwykła 100g (01) Pomidor bez skóry 100g Parówki 100% polskiej szynki 60g Ser żółty 45g (07) Ketchup (ketchup) 15g Masło ekstra 14g (07) E: 919.02, B: 37.72, T: 50.23, W: 81.48	Herbata owocowa 250g Bułka wrocławska 100g (01) Pomidor 100g Kiełbasa delikatesowa z kurczaka 40g (06) Masło ekstra 14g (07) Lekkostrawna sałatka jarzynowa 79g (03, 07, 09) <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Ziemniaki, średnio, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Marchew, Ogórek kiszony, Pietruszka, korzeń, <u>Jogurt typu greckiego (mleko)</u>, Kukurydza konserwowa, <u>Majonez z olejem rzepakowym (jaja)</u>, Pieprz czarny Kluski lane na mleku 300g (07) <u>Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko)</u>, Kluski lane E: 675.96, B: 30.4, T: 24.58, W: 86.02
II Śniadanie	Jabłko pieczone 160g Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g (07) E: 78, B: 6, T: 2.25, W: 8.25	Kefir, 1,5% tłuszczu 150g (07) Banan 130g E: 190.6, B: 5.95, T: 2.64, W: 36.85	Serek wiejski naturalny 200g (07) Jabłko pieczone 130g E: 194, B: 22, T: 10, W: 4	Banan 240g Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g (07) E: 310.8, B: 8.4, T: 2.97, W: 64.65	Kefir, 1,5% tłuszczu 150g (07) Banan 130g E: 190.6, B: 5.95, T: 2.64, W: 36.85	Jabłko pieczone 160g Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 150g (07) E: 72, B: 5.25, T: 2.25, W: 7.5	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g (07) Jabłko pieczone 80g E: 78, B: 6, T: 2.25, W: 8.25

	poniedziałek 2026-02-02	wtorek 2026-02-03	środa 2026-02-04	czwartek 2026-02-05	piątek 2026-02-06	sobota 2026-02-07	niedziela 2026-02-08
Obiad	Zupa botwinka (żywienie zbiorowe) 300g (07, 09) Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, Botwina, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u>, <u>Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</u>, Koper ogrodowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Spaghetti bolognese z mięsem z indyka 301g (01, 03, 07) <u>Makaron spaghetti (gluten,jaja)</u>, Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, <u>Ser Parmezan (mleko)</u>, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone, Pieprz czarny Duszona cukinia 200g Cukinia, Oliwa z oliwek Kompot z jabłek (żywieni zbiorowe) 188g Woda, Jabłko	Ziemniaki purée 200g Kotlet mielony pieczony 129g (01, 03) Wieprzowina, łopatką, Cebula, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Bułka tarta (gluten)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz czarny Fasolka szparagowa (żywienie zbiorowe) 200g Fasolka szparagowa, mrożona Zupa pomidorowa z ryżem (żywienie zbiorowe) 300g (07, 09) Kości, wywar, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u>, Ryż biały, Koncentrat pomidorowy, 30%, <u>Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 250g Woda, Mieszanka owocowa, mrożona	Kompot z truskawek bez cukru 240g Zupa ogórkowa z ziemniakami (żywienie zbiorowe) 300g (07, 09) Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u>, Ogórek kiszony, <u>Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Kurczak curry z pomidorami i ryżem 301g Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomidor, Ryż basmati, Oliwa z oliwek, Szczypiorek, Curry w proszku, Pieprz czarny, Ziola prowansalskie Duszona marchew 200g (07) Marchew, gotowana, <u>Masło klarowane (mleko)</u>	Kompot wieloowocowy bez cukru 240g Kasza gryczana, gotowana 200g Zupa kalafiorowa (żywienie zbiorowe) 300g (07, 09) Kości, wywar, Kalafior, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u>, <u>Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</u>, Cukier, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Pulpeciki w sosie pomidorowym (żywienie zbiorowe) 201g (01, 03, 07) Wieprzowina, łopatką, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cebula, <u>Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u>, <u>Margaryna miękka, 45% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Bułka tarta (gluten)</u>, Czosnek, Cukier, Oregano suszone, Papryka w proszku Duszona cukinia 200g Cukinia, Oliwa z oliwek	Kompot z wiśni bez cukru 250g Krupnik jęczmienny czysty (żywienie zbiorowe) 300g (01, 09) <u>Bulion mięsny (seler)</u>, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u>, Ziemniaki, średnio, <u>Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Kopytka z maselkiem 300g (03, 07) Ziemniaki, gotowane, Skrobia ziemniaczana, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Masło ekstra (mleko)</u> Duszona cukinia 200g Cukinia, Oliwa z oliwek	Ziemniaki, gotowane 200g Zupa koperkowa z kluskami na rosole (żywienie zbiorowe): 300g (07, 09) <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u>, Kura, tuszka, Kluski lane, Woda, <u>Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</u>, Koper ogrodowy, Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone Dorsz pieczony 128g (04) <u>Dorsz, świeży (ryby)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki) Duszona marchew 200g (07) Marchew, gotowana, <u>Masło klarowane (mleko)</u> Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 249g Woda, Mieszanka owocowa, mrożona	Kompot z truskawek bez cukru 240g Ziemniaki purée 200g Rosół z makaronem (żywienie zbiorowe) 299g (01, 03, 09) Kości, wywar, <u>Makaron czterojeczny, gotowany (gluten,jaja)</u>, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u>, Kurkuma mielona, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny Udło pieczone (żywienie zbiorowe) 131g Udo z kurczaka, ze skórą i kością, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Czosnek, Papryka w proszku, Oregano suszone, Pieprz czarny, Tymianek suszony Fasolka szparagowa (żywienie zbiorowe) 200g (07) Fasolka szparagowa, mrożona, <u>Masło ekstra (mleko)</u>
	E: 923.2, B: 41.01, T: 37.54, W: 110.69	E: 602.64, B: 34.11, T: 14.72, W: 90.86	E: 717.57, B: 39.61, T: 25.1, W: 90.32	E: 857.32, B: 43.48, T: 39.16, W: 86.34	E: 731.99, B: 13.58, T: 30.6, W: 104.83	E: 718.99, B: 47.06, T: 30.32, W: 74.57	E: 673.81, B: 34.57, T: 31.46, W: 70.04
Podwieczorek	Kefir, 1,5% tłuszczu 150g (07) Banan 140g E: 200.3, B: 6.05, T: 2.67, W: 39.2	Mus jabłkowo-morelowy 100g Bułeczki drożdżowe z jabłkami 70g (01, 03, 07) E: 239.8, B: 4.84, T: 5.04, W: 45.31	Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu 120g (07) Biszkopty (ciastka) 70g (01, 03) E: 316, B: 9.67, T: 3.24, W: 62.53	Jabłko pieczone 60g Wafle ryżowe 50g E: 189, B: 4.1, T: 1.15, W: 41.4	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g (07) Herbatniki (ciastka) 40g (01, 06, 07) E: 240.4, B: 8.82, T: 6.48, W: 36.47	Kefir, 1,5% tłuszczu 150g (07) Bułeczki drożdżowe z jabłkami 70g (01, 03, 07) E: 256.3, B: 8.99, T: 7.29, W: 39.41	Banan 90g Babka biszkoptowa 70g (01, 03, 07) E: 324.6, B: 6.85, T: 3.21, W: 68.12

	poniedziałek 2026-02-02	wtorek 2026-02-03	środa 2026-02-04	czwartek 2026-02-05	piątek 2026-02-06	sobota 2026-02-07	niedziela 2026-02-08
Kolacja	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Pomidor bez skóry 100g Chleb pszenny 50g (01) Bułka wrocławska 50g (01) Szynka kanapkowa 30g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 14g (07) Pasta z twarożku i awokado 70g (07) Awokado, <u>Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko)</u>, Cytryna, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki) E: 548.16, B: 19.73, T: 24.81, W: 64.31	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Bułka kajzerka 100g (01) Pomidor bez skóry 100g Kiełbasa krakowska, sucha 40g (01, 06, 07, 09, 10) Ser żółty 30g (07) Masło ekstra 15g (07) E: 658.1, B: 29.59, T: 32.85, W: 62.84	Herbata owocowa 250g Bułka wrocławska 100g (01) Pomidor bez skóry 100g Jaja kurze całe 55g (03) Szynka kanapkowa 30g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 14g (07) E: 524.72, B: 20.83, T: 22.45, W: 61.55	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Bułka wrocławska 100g (01) Pomidor bez skóry 100g Kiełbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa 45g Polędwica sopocka 40g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 14g (07) E: 604.52, B: 27.57, T: 28.6, W: 61.16	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Bułka pszenna zwykła 100g (01) Szynka kanapkowa 40g (01, 06, 07, 09) Pomidor bez skóry 40g Ser żółty 30g (07) Masło ekstra 14g (07) E: 531.22, B: 23.66, T: 22.48, W: 60.03	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Bułka kajzerka 100g (01) Pomidor bez skóry 80g Szynka wieprzowa, gotowana 60g Ser żółty 30g (07) Masło ekstra 14g (07) E: 593.62, B: 29.3, T: 25.84, W: 62.61	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Bułka wrocławska 100g (01) Pomidor bez skóry 100g Pasta kanapkowa z kurczaka 80g (01, 03, 06, 07, 09) Masło ekstra 14g (07) E: 543.32, B: 17.57, T: 25.19, W: 63.6
Suma	E: 2474.85 B: 106.1, T: 100.01, W: 300.29,	E: 2556.16 B: 114.45, T: 91.33, W: 334.94,	E: 2528.26 B: 131.32, T: 92.95, W: 304.08,	E: 2711.16 B: 112.65, T: 101.41, W: 348.77,	E: 2377.79 B: 84.69, T: 89.72, W: 316.21,	E: 2559.93 B: 128.32, T: 115.93, W: 265.57,	E: 2295.69 B: 95.39, T: 86.69, W: 296.03,

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

	poniedziałek 2026-02-09	wtorek 2026-02-10	środa 2026-02-11
Śniadanie	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 240g Bułka kajzerka 100g (01) Pomidor bez skóry 100g Ser twarogowy (twaróg) chudy 50g (07) Kiełbasa szynkowa z indyka 30g Masło ekstra 14g (07) E: 652.12, B: 32.63, T: 24.12, W: 78.05	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Bułka kajzerka 100g (01) Pomidor bez skóry 100g Jaja kurze całe 55g (03) Szynka z udźca kurczaka 40g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 14g (07) Płatki jaglane z mlekiem 300g (07) Mleko bez laktozy, 1,5% tłuszczu (mleko), Płatki jaglane E: 786.02, B: 34.75, T: 27.82, W: 101.38	Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu 250g (07) Herbata owocowa 250g Bułka kajzerka 100g (01) Pomidor bez skóry 100g Płatki ryżowe, błyskawiczne 50g Szynka wieprzowa, gotowana 45g Pasztet z kurczaka pieczony 40g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 14g (07) E: 852.72, B: 35.85, T: 26.87, W: 118.25
II Śniadanie	Kefir, 1,5% tłuszczu 150g (07) Banan 130g E: 190.6, B: 5.95, T: 2.64, W: 36.85	Jabłko pieczone 160g Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g (07) E: 78, B: 6, T: 2.25, W: 8.25	Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 150g (07) Banan 130g E: 198.1, B: 6.55, T: 2.64, W: 38.05

	poniedziałek 2026-02-09	wtorek 2026-02-10	środa 2026-02-11
Obiad	Kompot wieloowocowy bez cukru 240g Ziemniaki, gotowane 200g Zupa jarzynowa z kaszą manną 300g (01, 07, 09) Kalafior, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u>, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Ziemniaki, średnio, Cebula, <u>Kasza manna (gluten)</u>, Czosnek, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Pierś w sosie (żywienie zbiorowe) 206g (07) Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, <u>Śmietana, 18% tłuszczu (mleko)</u>, Cebula, Koper ogrodowy, Olej rzepakowy, Czosnek, Pieprz czarny Duszona marchew 200g (07) Marchew, gotowana, <u>Masło klarowane (mleko)</u> E: 828.19, B: 44.7, T: 37.75, W: 86.02	Kompot wieloowocowy bez cukru 240g Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana 200g (01) Barszcz ukraiński (żywienie zbiorowe) 299g (07, 09) Kości, wywar, Buraki, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u>, Kapusta biała, Ziemniaki, średnio, <u>Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</u>, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Lekkostrawny schab duszony w lekkim sosie 198g (01) Woda, Wieprzowina, schab surowy bez kości, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u>, Tymianek suszony, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe, Majeranek suszony Marchewka gotowana 200g Marchew, gotowana E: 545.45, B: 33.26, T: 7.13, W: 93.3	Kompot z truskawek bez cukru 240g Bukiet z jarzyn wiosennych, mrożony 200g (09) Naleśniki z serem twarogowym (żywienie zbiorowe) 300g (01, 03, 07) <u>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (mleko)</u>, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u>, <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Woda, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Olej rzepakowy, <u>Margaryna miękka, 50% tłuszczu (mleko)</u> Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty (żywienie zbiorowe) 299g (09) Kości, wywar, Kapusta biała, Ziemniaki, średnio, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u>, Koncentrat pomidorowy, 30%, Kiełbasa zwyczajna, Cebula, Ziele angielskie całe E: 672.37, B: 38.77, T: 20.23, W: 91.41
Podwieczorek	Budyń gotowy 200g (07) E: 260, B: 2.9, T: 7.56, W: 45.2	Mus owocowy jabłkowy Jabłkowo 100g Herbatniki 50g (01, 06, 07) E: 268, B: 4.4, T: 5.5, W: 50.1	Sernik krakowski 70g (01, 03, 07) E: 229.6, B: 9.8, T: 9.38, W: 26.74

	poniedziałek 2026-02-09	wtorek 2026-02-10	środa 2026-02-11
Kolacja	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Bułka wrocławska 100g (01) Pomidor bez skóry 85g Ser żółty 45g (07) Szynkówka wieprzowa 40g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 14g (07) E: 650.52 , B: 26.94 , T: 34.11 , W: 60.8	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Chleb baltonowski 100g (01) Pomidor bez skóry 100g Kiełbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa 40g Ser żółty 40g (07) Masło ekstra 14g (07) E: 640.52 , B: 27.85 , T: 33.69 , W: 59.04	Herbata czarna, napar bez cukru 250g Bułka wrocławska 100g (01) Pomidor bez skóry 100g Paszтет z kurczaka pieczony 40g (01, 06, 07, 09) Polędwica z indyka 40g (01, 06, 07, 09) Masło ekstra 14g (07) E: 546.12 , B: 21.33 , T: 23.71 , W: 63.84
Suma	E: 2581.43 B: 113.12 , T: 106.18 , W: 306.92 ,	E: 2317.99 B: 106.26 , T: 76.39 , W: 312.07 ,	E: 2498.91 B: 112.3 , T: 82.83 , W: 338.29 ,

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