

	czwartek 2026-05-07	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13
--	--------------------------------	------------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------------	------------------------------	-----------------------------

	czwartek 2026-05-07	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13
Śniadanie	<p>Chleb pszenny 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Masło ekstra 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Kakao słodzone erytrolelem 250g Szyunka z piersi kurczaka 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>) Sałata 25g Serek wiejski naturalny 100g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Bułka kajzerka 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pomidor 50g</p> <p>E: 647.1, B: 52.36, T: 25.22, W: 89.4, Błonnik [g]: 4.4, BW [g]: 17.32, BR [g]: 8.54, Wp [g]: 78.5, Cukier [g]: 29.17, Sód [mg]: 979.95, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.48, Sól: 2.44, WW: 4.78</p>	<p>Pomidor 50g Chleb pszenny 35g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Masło ekstra 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Kakao słodzone erytrolelem 250g 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>) Sałata 25g Bułka kajzerka 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Dżem brzoskwinowy 60g</p> <p>E: 654.2, B: 41.85, T: 20.35, W: 113.04, Błonnik [g]: 5.08, BW [g]: 6.15, BR [g]: 9.2, Wp [g]: 101.46, Cukier [g]: 48.04, Sód [mg]: 655.4, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.42, Sól: 1.63, WW: 7.05</p>	<p>Pomidor 50g Chleb pszenny 35g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Masło ekstra 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) 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>) Sałata 25g Pasta jajeczna z koperkiem 60g Składniki: Jaja kurze całe (jaja), Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko), Kopersek Kasza manna na mleku bez cukru 400g Składniki: Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko), Kasza manna (gluten) Bułka kajzerka 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>E: 910.78, B: 38.5, T: 25.48, W: 134.6, Błonnik [g]: 5.09, BW [g]: 22.71, BR [g]: 15.79, Wp [g]: 129.51, Cukier [g]: 19.8, Sód [mg]: 864.05, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.31, Sól: 2.16, WW: 12.55</p>	<p>Herbata czarna 250g Szyunka z piersi kurczaka 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>) Sałata 25g Marchew 25g Serek wiejski naturalny 100g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Bułka kajzerka 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Chleb pszenny 35g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Masło ekstra 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>E: 518.75, B: 26.34, T: 20.49, W: 59.25, Błonnik [g]: 3.34, BW [g]: 17.33, BR [g]: 9.01, Wp [g]: 55.91, Cukier [g]: 4.05, Sód [mg]: 1046.6, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.5, Sól: 2.61, WW: 5.03</p>	<p>Masło ekstra 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Herbata czarna 250g Sałata 25g Szyunka wiejska 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>) Owsianka 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Woda, Płatki owsiane (gluten) Marchew 50g Chleb pszenny 35g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Bułka kajzerka 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pieczony pasztet drobiowy 60g Składniki: Piersz z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja), Por, Cebula, Marchew, Gałka muszkata., Ziele angielskie</p> <p>E: 728.5, B: 35.33, T: 24.75, W: 95.05, Błonnik [g]: 7.11, BW [g]: 22.04, BR [g]: 13.29, Wp [g]: 87.95, Cukier [g]: 15.24, Sód [mg]: 884.63, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.8, Sól: 2.2, WW: 8.13</p>	<p>Masło ekstra 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) Chleb pszenny 35g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Pomidor 50g Roszponka 15g Szyunka wiejska 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>) Kakao słodzone erytrolelem 250g Bułka kajzerka 60g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Galaretka z kurczaka z MARCHEWKĄ 100g Składniki: Filety z kurczaka, Woda, Marchew, Żelatyna, Pieprz</p> <p>E: 644.1, B: 57.11, T: 21.84, W: 91.74, Błonnik [g]: 4.87, BW [g]: 21.78, BR [g]: 8.83, Wp [g]: 80.37, Cukier [g]: 28.35, Sód [mg]: 714.41, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.55, Sól: 1.78, WW: 4.88</p>	<p>Pomidor 50g Chleb pszenny 35g (<u>Zboża zawierające gluten</u>) Herbata czarna 250g 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>) Sałata 25g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem i jogurtem 60g Składniki: Jaja kurze całe, gotowane (jaja), Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko), Szczypiorek Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>E: 373.95, B: 20.75, T: 6.11, W: 61.5, Błonnik [g]: 4.3, BW [g]: 11.55, BR [g]: 9.2, Wp [g]: 57.2, Cukier [g]: 3.56, Sód [mg]: 768.21, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.46, Sól: 1.93, WW: 5.63</p>

	czwartek 2026-05-07	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13
II śniadanie	<p>Banan 130g</p> <p>E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55, Błonnik [g]: 2.21, BW [g]: 0, BR [g]: 1.3, Wp [g]: 28.34, Cukier [g]: 24.96, Sód [mg]: 1.3, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.08, Sól: 0, WW: 2.6</p>	<p>Gruszka 135g</p> <p>E: 78.3, B: 0.81, T: 0.27, W: 19.44, Błonnik [g]: 2.84, BW [g]: 0, BR [g]: 0.81, Wp [g]: 16.61, Cukier [g]: 13.37, Sód [mg]: 2.7, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.12, Sól: 0.01, WW: 1.62</p>	<p><u>Jogurt</u> naturalny, 1,5% tłuszczu 200g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>E: 104, B: 8, T: 3, W: 11, Błonnik [g]: 0, BW [g]: 8, BR [g]: 0, Wp [g]: 11, Cukier [g]: 11, Sód [mg]: 80, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.12, Sól: 0.2, WW: 1.2</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36, Błonnik [g]: 3.2, BW [g]: 0, BR [g]: 0.64, Wp [g]: 16.16, Cukier [g]: 15.52, Sód [mg]: 3.2, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.14, Sól: 0.01, WW: 1.76</p>	<p>Banan 130g</p> <p>E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55, Błonnik [g]: 2.21, BW [g]: 0, BR [g]: 1.3, Wp [g]: 28.34, Cukier [g]: 24.96, Sód [mg]: 1.3, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.08, Sól: 0, WW: 2.6</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36, Błonnik [g]: 3.2, BW [g]: 0, BR [g]: 0.64, Wp [g]: 16.16, Cukier [g]: 15.52, Sód [mg]: 3.2, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.14, Sól: 0.01, WW: 1.76</p>	<p><u>Jogurt</u> naturalny, 1,5% tłuszczu 200g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>E: 104, B: 8, T: 3, W: 11, Błonnik [g]: 0, BW [g]: 8, BR [g]: 0, Wp [g]: 11, Cukier [g]: 11, Sód [mg]: 80, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.12, Sól: 0.2, WW: 1.2</p>

	czwartek 2026-05-07	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13
Obiad	<p>Kompot owocowy 250g Składniki: Woda, Jabłko</p> <p>Pieczona pierś kurczaka w przyprawie gyros 100g Składniki: Pierś z kurczaka, Oliwa z oliwek, Przyprawa do gyros</p> <p>Zupa pomidorowa z makaronem 400g Składniki: Pomidor, Woda, Marchew, Groszek zielony, Pietruszka, Seler korzeniowy (seler), Cebula, Pierś z kurczaka, Makaron 100% Durum, Por, Bazylia, Oliwa z oliwek, Pietruszka</p> <p>Ziemniaki 250g</p> <p>Marchew gotowana skropiona oliwą 200g Składniki: Marchew, Oliwa z oliwek</p>	<p>Kompot z jabłek 250g Składniki: Woda, Jabłko, Goździki</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Zupa jarzynowa 400g Składniki: Woda, Brokuły, Jaja kurze całe (jaja), Marchew, Ziemniaki, Pierś z indyka, Pietruszka, Kasza manna (gluten), Por, Masło ekstra (mleko)</p> <p>Kotlet rybny pieczony BEZ PANIERKI 100g Składniki: Mintaj, świeży (ryby), Jaja kurze całe (jaja), Por, Bułka tarta (gluten), Cytryna, Czosnek, Olej rzepakowy, Koperek, Pietruszka</p> <p>Buraki gotowane skropione oliwą 200g Składniki: Buraki, Oliwa z oliwek</p>	<p>Kompot z truskawek 250g Składniki: Woda, Truskawki</p> <p>Zupa warzywna z ziemniakami 400g Składniki: Woda, Ziemniaki, Pierś z kurczaka, Mleczko kokosowe (orzechy), Cebula, Kostka rosółowa warzywna (seler), Liście kolendry, Szczypiorek, Czosnek, Oliwa z oliwek, Kmin rzymski, Kurkuma, Oregano suszone, Papryka, Pieprz, Przyprawa ostra chili</p> <p>Mięsno- warzywny gulasz Z WARZYWAMI KORZENIOWYMI 150g Składniki: Mięso z ud kurczaka, Woda, Marchew, Czosnek, Koperek, Liście kolendry, Papryka, Szczypiorek, Pieprz</p> <p>Kasza bulgur (pszenica), gotowana 250g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Puree z marchewki 200g Składniki: Marchew, Masło ekstra (mleko)</p>	<p>Kompot owocowy 250g Składniki: Woda, Jabłko</p> <p>Rosół 401g Składniki: Woda, Por, Marchew, Pietruszka, Makaron bezglutenowy (gluten), Cebula, Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, Czosnek, Ziele angielskie, Liście laurowe</p> <p>Buraczki wiórki 200g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Schab pieczony 100g Składniki: Schab wieprzowy, Olej rzepakowy, Majeranek, Pieprz, Pieprz ziołowy</p>	<p>Kompot owocowy 250g Składniki: Woda, Truskawki</p> <p>Zupa koperkowa 400g Składniki: Woda, Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko), Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, Mąka pszenna, typ 550 (gluten), Koperek, Przyprawa "Jarzynka"</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Salata z jogurtem 200g Składniki: Salata, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</p> <p>Pulpety z kurczaka GOTOWANE 115g Składniki: Pierś z kurczaka, Sos sojowy klasyczny (soja), Olej sezamowy (sezam), Mąka kukurydziana, Szczypiorek, Imbir, korzeń</p>	<p>Kompot z jabłek 250g Składniki: Woda, Jabłko, Goździki</p> <p>Schab w białym sosie 150g Składniki: Schab wieprzowy, Śmietana, 12% tłuszczu (mleko), Koperek, Olej rzepakowy</p> <p>Kasza gryczana 250g</p> <p>Buraki gotowane skropione oliwą 200g Składniki: Buraki, Oliwa z oliwek</p> <p>Zupa krem Marchwianka 400g Składniki: Marchew, Ryż biały, Sól</p>	<p>Kompot owocowy 250g Składniki: Woda, Wiśnie</p> <p>Roladki z kurczaka nadziewane marchewką 150g Składniki: Pierś z kurczaka, Marchew, Cebula, Czosnek, Papryka, Pieprz</p> <p>Sos koperkowy 50g Składniki: Śmietana, 12% tłuszczu (mleko), Woda, Koperek</p> <p>Puree z ziemniaków 200g Składniki: Ziemniaki, Masło ekstra (mleko), Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko)</p> <p>Zupa buraczkowa 398g Składniki: Woda, Buraki, Marchew, Ziemniaki, Kasza manna (gluten), Pietruszka, Oliwa z oliwek</p> <p>Marchew gotowana skropiona oliwą 200g Składniki: Marchew, Oliwa z oliwek</p>
	E: 727.53, B: 36.43, T: 25.47, W: 97.73, Błonnik [g]: 19.28, BW [g]: 23.22, BR [g]: 13.21, Wp [g]: 78.45, Cukier [g]: 29.49, Sód [mg]: 602.4, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 3.57, Sól: 1.48, WW: 8.93	E: 740.72, B: 32.76, T: 26.73, W: 101.42, Błonnik [g]: 16.75, BW [g]: 18.92, BR [g]: 13.84, Wp [g]: 84.68, Cukier [g]: 28.83, Sód [mg]: 312.65, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 3.73, Sól: 0.74, WW: 9.89	E: 731.76, B: 37.93, T: 30.3, W: 87.29, Błonnik [g]: 22.34, BW [g]: 24.66, BR [g]: 13.26, Wp [g]: 64.96, Cukier [g]: 17.32, Sód [mg]: 300.12, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 3, Sól: 0.65, WW: 6.83	E: 530.02, B: 33.52, T: 8.47, W: 89.41, Błonnik [g]: 14.9, BW [g]: 22.15, BR [g]: 8.37, Wp [g]: 74.53, Cukier [g]: 32.44, Sód [mg]: 373.58, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.53, Sól: 0.93, WW: 8.35	E: 537.5, B: 39.97, T: 9.12, W: 79.17, Błonnik [g]: 10.61, BW [g]: 29.51, BR [g]: 10.46, Wp [g]: 68.56, Cukier [g]: 22.92, Sód [mg]: 1841.88, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.52, Sól: 4.6, WW: 7.95	E: 1071.47, B: 45.5, T: 32.82, W: 162.88, Błonnik [g]: 26.8, BW [g]: 23.71, BR [g]: 21.79, Wp [g]: 136.08, Cukier [g]: 40.97, Sód [mg]: 709.04, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 6.08, Sól: 1.74, WW: 9.63	E: 721.79, B: 30.93, T: 29.14, W: 93.21, Błonnik [g]: 17.98, BW [g]: 19.35, BR [g]: 11.58, Wp [g]: 75.23, Cukier [g]: 34.36, Sód [mg]: 304.36, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.84, Sól: 0.76, WW: 8.35

	czwartek 2026-05-07	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13
Podwieczorek	<p>Kisiel owocowy 200g</p> <p>E: 202, B: 0.6, T: 0.2, W: 51.4, Błonnik [g]: 4, BW [g]: 0, BR [g]: 0.6, Wp [g]: 47.4, Cukier [g]: 38.4, Sód [mg]: 2, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.06, Sól: 0.01, WW: 4.8</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50g (Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>E: 145.5, B: 3.85, T: 4, W: 23.85, Błonnik [g]: 0.75, BW [g]: 1.2, BR [g]: 2.65, Wp [g]: 23.1, Cukier [g]: 4.25, Sód [mg]: 69.5, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.49, Sól: 0.17, WW: 2.3</p>	<p>Budyń bez cukru o smaku czekoladowym 200g</p> <p>E: 138, B: 7.4, T: 3.6, W: 19.2, Błonnik [g]: 0.6, BW [g]: 7.4, BR [g]: 0.06, Wp [g]: 18.6, Cukier [g]: 9.8, Sód [mg]: 48, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.2, Sól: 0.12, WW: 1.8</p>	<p>Ciasto marchewkowe 100g Składniki: Marchew, Mąka pszenna, typ 1850 (gluten), Jaja kurze całe (jaja), Olej rzepakowy, Jabłko, Cynamon, Imbir</p> <p>E: 193.96, B: 5.44, T: 11.1, W: 20.18, Błonnik [g]: 4.2, BW [g]: 2.38, BR [g]: 3.06, Wp [g]: 15.99, Cukier [g]: 2.96, Sód [mg]: 63.08, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.76, Sól: 0.16, WW: 1.74</p>	<p>Galaretką owocową bez cukru (po przyrządzeniu) 200g</p> <p>E: 24, B: 5.52, T: 0, W: 0.2, Błonnik [g]: 0, BW [g]: 0, BR [g]: 0, Wp [g]: 0.2, Cukier [g]: 0, Sód [mg]: 8, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0, Sól: 0.02, WW: 0</p>	<p>Budyń gotowy 200g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>E: 260, B: 2.9, T: 7.56, W: 45.2, Błonnik [g]: 0, BW [g]: 2.9, BR [g]: 0, Wp [g]: 45.2, Cukier [g]: 33.94, Sód [mg]: 344, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.17, Sól: 0, WW: 4.6</p>	<p>Ciasto drożdżowe 100g Składniki: Mąka pszenna, typ 550 (gluten), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Żółtko jaja kurzego (jaja), Ksylitol, Masto ekstra (mleko), Drożdże</p> <p>E: 286.54, B: 8.08, T: 10.31, W: 44.59, Błonnik [g]: 1.45, BW [g]: 3.2, BR [g]: 4.88, Wp [g]: 43.14, Cukier [g]: 1.27, Sód [mg]: 19.15, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.89, Sól: 0.05, WW: 3.74</p>

	czwartek 2026-05-07	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13
Kolacja	<p>Szynka parzona 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Chleb pszenny 35g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Pieczony paszтет drobiowy 50g Składniki: Pierś z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja), Por, Cebula, Marchew, Gałka muszkatołowa, Ziele angielskie</p> <p>E: 466.7, B: 21.07, T: 16.28, W: 61.7, Błonnik [g]: 4.63, BW [g]: 11.63, BR [g]: 9.44, Wp [g]: 57.08, Cukier [g]: 3.03, Sód [mg]: 791.84, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.5, Sól: 1.98, WW: 5.5</p>	<p>Masło ekstra 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Chleb pszenny 35g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Polędwica sopocka 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Lekkostrawna pasta jajeczna 60g Składniki: Białko jaja kurzego (jaja), Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko), Koperek</p> <p>E: 460.25, B: 20.78, T: 15.56, W: 61.83, Błonnik [g]: 4.31, BW [g]: 11.61, BR [g]: 9.17, Wp [g]: 57.52, Cukier [g]: 3.47, Sód [mg]: 769.41, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.36, Sól: 1.93, WW: 5.56</p>	<p>Szynka parzona 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Chleb pszenny 35g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Chleb baltonowski 140g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Dżem brzoskwinowy 60g</p> <p>E: 693.7, B: 19.04, T: 16.17, W: 122.02, Błonnik [g]: 7.06, BW [g]: 4.7, BR [g]: 14.34, Wp [g]: 114.96, Cukier [g]: 23.72, Sód [mg]: 1067.9, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.95, Sól: 2.67, WW: 11.27</p>	<p>Masło ekstra 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Chleb pszenny 35g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Roszonka 25g</p> <p>Pomidor 50g</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 (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Lekkostrawna sałatka jarzynowa BEZ KUKURYDZY GROSZKI I OGORKA 151g Składniki: Seler korzeniowy (seler), Ziemiaki, Jaja kurze całe (jaja), Marchew, Pietruszka, Jogurt typu greckiego (mleko), Majonez (jaja)</p> <p>E: 548.74, B: 20.78, T: 20.77, W: 73.92, Błonnik [g]: 7.77, BW [g]: 9.38, BR [g]: 11.4, Wp [g]: 66.15, Cukier [g]: 6.28, Sód [mg]: 844.5, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.51, Sól: 2.11, WW: 6.53</p>	<p>Masło ekstra 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Chleb pszenny 35g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Szynka z indyka 60g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mix sałat z burakiem 25g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Dżem morelowy 30g</p> <p>E: 493.15, B: 19.42, T: 15.01, W: 72.31, Błonnik [g]: 4.57, BW [g]: 10.48, BR [g]: 8.94, Wp [g]: 67.74, Cukier [g]: 13.38, Sód [mg]: 871.7, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.4, Sól: 2.18, WW: 6.58</p>	<p>Masło ekstra 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Chleb pszenny 35g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Roszonka 25g</p> <p>Szynka z indyka 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Pasta z pieczonego morszczuka 50g Składniki: Morszczuk, świeży (ryby), Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko), Pietruszka, Sok z cytryny, Koperek</p> <p>E: 457.67, B: 20.7, T: 15.42, W: 61.39, Błonnik [g]: 4.06, BW [g]: 11.52, BR [g]: 9.18, Wp [g]: 57.32, Cukier [g]: 3.05, Sód [mg]: 718.34, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.55, Sól: 1.79, WW: 5.52</p>	<p>Chleb pszenny 70g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Szynka kanapkowa 60g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne</u>)</p> <p>Chleb baltonowski 30g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Dżem brzoskwinowy 30g</p> <p>E: 488.7, B: 19.01, T: 15.91, W: 69.67, Błonnik [g]: 4.1, BW [g]: 9.33, BR [g]: 9.68, Wp [g]: 65.57, Cukier [g]: 12.59, Sód [mg]: 988.25, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.36, Sól: 2.47, WW: 6.01</p>

	czwartek 2026-05-07	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13
Suma	E: 2169.43 B: 111.76 , T: 67.56 , W: 330.78 , Błonnik [g]: 34.52 , BW [g]: 52.17 , BR [g]: 33.09 , Wp [g]: 289.77 , Cukier [g]: 125.05 , Sód [mg]: 2377.49 , Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 6.69 , Sól: 5.91 , WW: 26.61 ,	E: 2078.97 B: 100.05 , T: 66.91 , W: 319.58 , Błonnik [g]: 29.73 , BW [g]: 37.88 , BR [g]: 35.67 , Wp [g]: 283.37 , Cukier [g]: 97.96 , Sód [mg]: 1809.66 , Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 7.12 , Sól: 4.48 , WW: 26.42 ,	E: 2578.24 B: 110.87 , T: 78.55 , W: 374.11 , Błonnik [g]: 35.09 , BW [g]: 67.47 , BR [g]: 43.45 , Wp [g]: 339.03 , Cukier [g]: 81.64 , Sód [mg]: 2360.07 , Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 7.58 , Sól: 5.8 , WW: 33.65 ,	E: 1871.47 B: 86.72 , T: 61.47 , W: 262.12 , Błonnik [g]: 33.41 , BW [g]: 51.24 , BR [g]: 32.48 , Wp [g]: 228.74 , Cukier [g]: 61.25 , Sód [mg]: 2330.96 , Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 8.44 , Sól: 5.82 , WW: 23.41 ,	E: 1909.25 B: 101.54 , T: 49.27 , W: 277.28 , Błonnik [g]: 24.5 , BW [g]: 62.03 , BR [g]: 33.99 , Wp [g]: 252.79 , Cukier [g]: 76.5 , Sód [mg]: 3607.51 , Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 6.8 , Sól: 9 , WW: 25.26 ,	E: 2513.24 B: 126.85 , T: 78.28 , W: 380.57 , Błonnik [g]: 38.93 , BW [g]: 59.91 , BR [g]: 40.44 , Wp [g]: 335.13 , Cukier [g]: 121.83 , Sód [mg]: 2488.99 , Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 9.49 , Sól: 5.32 , WW: 26.39 ,	E: 1974.98 B: 86.77 , T: 64.47 , W: 279.97 , Błonnik [g]: 27.83 , BW [g]: 51.43 , BR [g]: 35.34 , Wp [g]: 252.14 , Cukier [g]: 62.78 , Sód [mg]: 2159.97 , Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 6.67 , Sól: 5.41 , WW: 24.93 ,

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, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne

	czwartek 2026-05-14	piątek 2026-05-15	sobota 2026-05-16	niedziela 2026-05-17	poniedziałek 2026-05-18	wtorek 2026-05-19	środa 2026-05-20
--	--------------------------------	------------------------------	------------------------------	---------------------------------	------------------------------------	------------------------------	-----------------------------

	czwartek 2026-05-14	piątek 2026-05-15	sobota 2026-05-16	niedziela 2026-05-17	poniedziałek 2026-05-18	wtorek 2026-05-19	środa 2026-05-20
Śniadanie	<p>Masło ekstra 15g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Chleb pszenny 30g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Marchew 50g</p> <p>Szynka z piersi kurczaka 60g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Bułka kajzerka 60g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Serek wiejski naturalny 100g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Kaszka manna na mleku 300g Składniki: Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko), Kasza manna (gluten)</p> <p>E: 941.55, B: 47.26, T: 25.15, W: 135.14, Błonnik [g]: 6.24, BW [g]: 30.67, BR [g]: 16.59, Wp [g]: 128.9, Cukier [g]: 16.13, Sód [mg]: 1423.35, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.13, Sól: 3.55, WW: 12.62</p>	<p>Herbata czarna 250g</p> <p>Zupa mleczna z zacierkami 300g Składniki: Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko), Jaja kurze całe (jaja), Mąka pszenna, typ 550 (gluten)</p> <p>Szynka miodowa 30g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Masło ekstra 15g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Salata 25g</p> <p>Bułka kajzerka 60g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Chleb pszenny 35g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (Jaja i produkty pochodne)</p> <p>E: 731.47, B: 36.11, T: 28.72, W: 84.19, Błonnik [g]: 3.4, BW [g]: 25.47, BR [g]: 10.64, Wp [g]: 80.78, Cukier [g]: 15.07, Sód [mg]: 980.41, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.4, Sól: 1.77, WW: 7.54</p>	<p>Chleb pszenny 70g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Salata 15g</p> <p>Chleb baltonowski 30g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Szynka z indyka 60g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Dżem brzoskwinowy 30g</p> <p>Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300g Składniki: Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko), Płatki ryżowe</p> <p>E: 773.74, B: 31.28, T: 18.87, W: 121.66, Błonnik [g]: 4.47, BW [g]: 18.92, BR [g]: 12.36, Wp [g]: 117.19, Cukier [g]: 25.24, Sód [mg]: 943.2, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.59, Sól: 2.36, WW: 11.24</p>	<p>Masło ekstra 15g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Chleb pszenny 35g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 250g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Lekkostrawna sałatka jarzynowa BEZ GROSZKU KUKURYDZY 151g Składniki: Seler korzeniowy (seler), Ziemiaki, Jaja kurze całe (jaja), Marchew, Pietruszka, Jogurt typu greckiego (mleko), Majonez (jaja)</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>E: 710.84, B: 28.61, T: 29.16, W: 87.87, Błonnik [g]: 8.37, BW [g]: 9.36, BR [g]: 11, Wp [g]: 79.51, Cukier [g]: 6.52, Sód [mg]: 940.65, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.93, Sól: 2.04, WW: 7.99</p>	<p>Masło ekstra 15g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Chleb pszenny 35g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Roszpinka 15g</p> <p>Szynka wiejska 60g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 250g</p> <p>Pieczony pasztet drobiowy 50g Składniki: Pierś z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja), Por, Cebula, Marchew, Gałka muszkatołowa, Ziele angielskie</p> <p>Bułka kajzerka 60g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Buraki 50g</p> <p>E: 693.06, B: 37.4, T: 27.37, W: 76.59, Błonnik [g]: 4.37, BW [g]: 19.52, BR [g]: 9.63, Wp [g]: 72.23, Cukier [g]: 6.44, Sód [mg]: 1097.86, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.12, Sól: 2.44, WW: 6.79</p>	<p>Masło ekstra 15g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Szynka wiejska 30g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Chleb pszenny 35g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Twarożek wiejski, 2% tłuszczu 100g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Bułka kajzerka 60g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Marchew 50g</p> <p>Owsianka 400g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Płatki owsiane bezglutenowe</p> <p>E: 942.68, B: 45.9, T: 29.82, W: 125.86, Błonnik [g]: 10.97, BW [g]: 28.17, BR [g]: 17.73, Wp [g]: 114.88, Cukier [g]: 25, Sód [mg]: 1214.3, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 3.25, Sól: 2.25, WW: 11.01</p>	<p>Herbata czarna 250g</p> <p>Kasza manna na mleku 300g Składniki: Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko), Kasza manna (gluten)</p> <p>Dżem brzoskwinowy 30g</p> <p>Bułka kajzerka 60g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Masło ekstra 15g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Chleb pszenny 35g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Schab pieczony na kanapki 60g Składniki: Schab wieprzowy, Czosnek, Olej rzepakowy, Majeranek, Pieprz, Pieprz ziolowy</p> <p>E: 847.04, B: 35.83, T: 23.19, W: 126.8, Błonnik [g]: 5.09, BW [g]: 21.46, BR [g]: 14.37, Wp [g]: 121.72, Cukier [g]: 24.99, Sód [mg]: 615.12, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.34, Sól: 1.52, WW: 11.6</p>

	czwartek 2026-05-14	piątek 2026-05-15	sobota 2026-05-16	niedziela 2026-05-17	poniedziałek 2026-05-18	wtorek 2026-05-19	środa 2026-05-20
II śniadanie	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 200g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>E: 104, B: 8, T: 3, W: 11, Błonnik [g]: 0, BW [g]: 8, BR [g]: 0, Wp [g]: 11, Cukier [g]: 11, Sód [mg]: 80, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.12, Sól: 0.2, WW: 1.2</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36, Błonnik [g]: 3.2, BW [g]: 0, BR [g]: 0.64, Wp [g]: 16.16, Cukier [g]: 15.52, Sód [mg]: 3.2, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.14, Sól: 0.01, WW: 1.76</p>	<p>Banan 130g</p> <p>E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55, Błonnik [g]: 2.21, BW [g]: 0, BR [g]: 1.3, Wp [g]: 28.34, Cukier [g]: 24.96, Sód [mg]: 1.3, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.08, Sól: 0, WW: 2.6</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 200g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>E: 104, B: 8, T: 3, W: 11, Błonnik [g]: 0, BW [g]: 8, BR [g]: 0, Wp [g]: 11, Cukier [g]: 11, Sód [mg]: 80, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.12, Sól: 0.2, WW: 1.2</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36, Błonnik [g]: 3.2, BW [g]: 0, BR [g]: 0.64, Wp [g]: 16.16, Cukier [g]: 15.52, Sód [mg]: 3.2, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.14, Sól: 0.01, WW: 1.76</p>	<p>Banan 130g</p> <p>E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55, Błonnik [g]: 2.21, BW [g]: 0, BR [g]: 1.3, Wp [g]: 28.34, Cukier [g]: 24.96, Sód [mg]: 1.3, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.08, Sól: 0, WW: 2.6</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 200g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>)</p> <p>E: 104, B: 8, T: 3, W: 11, Błonnik [g]: 0, BW [g]: 8, BR [g]: 0, Wp [g]: 11, Cukier [g]: 11, Sód [mg]: 80, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.12, Sól: 0.2, WW: 1.2</p>

	czwartek 2026-05-14	piątek 2026-05-15	sobota 2026-05-16	niedziela 2026-05-17	poniedziałek 2026-05-18	wtorek 2026-05-19	środa 2026-05-20
Obiad	<p>Zupa pomidorowa z makaronem świderki 400g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna (seler)</u>, Makaron <u>pszenny świderki</u>, Koncentrat pomid. 30%, Liście laurowe, Pieprz ziołowy, Pietruszka, Ziele angielskie</p> <p>Kompot owocowy 250g Składniki: Woda, Jabłko</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Pierś kurczaka zapiekana w szpinaku 100g Składniki: Pierś z kurczaka, Szpinak, Pomidory suszone, <u>Masło ekstra (mleko)</u>, Rozmaryn</p> <p>Salata lodowa z pomidorem i oliwą 200g Składniki: Pomidor, Salata lodowa, Oliwa z oliwek, Szcypiorek</p> <p>E: 621.28, B: 22.71, T: 24.07, W: 85.89, Błonnik [g]: 13.61, BW [g]: 10.34, BR [g]: 12.37, Wp [g]: 72.31, Cukier [g]: 22.88, Sód [mg]: 113.61, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 3.22, Sól: 0.25, WW: 8.07</p>	<p>Kompot owocowy 250g Składniki: Woda, Wiśnie</p> <p>Kluski leniwe 350g Składniki: <u>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (mleko)</u>, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Mąka pszenna, typ 550 (gluten)</u>, <u>Masło ekstra (mleko)</u></p> <p>Twarożek z jogurtem 150g Składniki: <u>Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko)</u>, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u></p> <p>Mus bananowo - brzoskwinowy 150g Składniki: Banan, Brzoskwinia</p> <p>Lekkostrawna zupa rybna 400g Składniki: <u>Bulion rybny (seler, ryby)</u>, <u>Mintaj</u>, filet bez skóry, świeży, <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, <u>Dorsz, świeży (ryby)</u>, Pomidory z sokiem pomidorowym, Marchew, Pietruszka, <u>Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko)</u>, Pietruszka, Koncentrat pomid. 30%, <u>Masło ekstra (mleko)</u>, Oliwa z oliwek, Liście laurowe, Oregano suszone</p> <p>E: 1093.11, B: 99.23, T: 35.34, W: 97.95, Błonnik [g]: 8.23, BW [g]: 89.87, BR [g]: 9.06, Wp [g]: 89.73, Cukier [g]: 46.93, Sód [mg]: 838.14, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.95, Sól: 0.92, WW: 9.25</p>	<p>Kompot z truskawek 250g Składniki: Woda, Truskawki</p> <p>Marchew 200g</p> <p>Udka z kurczaka z warzywami pieczone w rękawie 151g Składniki: Udko kurczaka, Pomidor, Cukinia, Cebula, Marchew, Koncentrat pomid. 30%, Czosnek, Olej rzepakowy</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Krupnik jęczmienny 401g Składniki: Kości, Ziemniaki, <u>Włoszczyzna (seler)</u>, <u>Kasza jęczmienna, perlowa (gluten)</u>, Pietruszka, Liście laurowe, Ziele angielskie</p> <p>E: 564.4, B: 27.87, T: 11.06, W: 96.61, Błonnik [g]: 16.7, BW [g]: 16.67, BR [g]: 11.2, Wp [g]: 79.92, Cukier [g]: 22.12, Sód [mg]: 286.84, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.85, Sól: 0.71, WW: 8.6</p>	<p>Kompot owocowy 250g Składniki: Woda, Wiśnie</p> <p>Pulpeciki w sosie pomidorowym (żywienie zbiorowe) 139g Składniki: topatka wieprzowa, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Koncentrat pomid. 30%, <u>Śmietana, 12% tłuszczu (mleko)</u>, Cebula, <u>Bułka tarta (gluten)</u>, Czosnek, Oregano suszone, Papryka</p> <p>Kasza <u>jęczmienna</u>, pęczak, gotowana 250g (<u>Zboża zawierające gluten</u>)</p> <p>Zupa krem cukinia-ziemniaki 400g Składniki: Woda, Cukinia, Ziemniaki, <u>Chleb pszenny (gluten)</u>, Cebula, <u>Jogurt typu greckiego (mleko)</u>, Oliwa z oliwek, Czosnek, Koperek, <u>Kostka rosółowa warzywna (seler)</u>, Pieprz</p> <p>E: 706.33, B: 32.78, T: 17.98, W: 107.88, Błonnik [g]: 9.75, BW [g]: 18.8, BR [g]: 13.97, Wp [g]: 98.13, Cukier [g]: 15.65, Sód [mg]: 222.01, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.64, Sól: 0.53, WW: 9.73</p>	<p>Kompot owocowy 250g Składniki: Woda, Wiśnie</p> <p>Zupa krem z białych warzyw z kaszą kukurydzianą 401g Składniki: Bulion warzywny w słoiku (przed przygotowaniem), Kalafior, Ziemniaki, Pietruszka, Por, Kasza kukurydziana</p> <p>Kurczak w kremowym sosie z marchewką i groszkiem 151g Składniki: Pierś z kurczaka, Marchew z groszkiem, <u>Śmietana 12% do zup i sosów (mleko)</u>, <u>Bulion mięsny (seler)</u>, Mąka ziemniaczana, Oliwa z oliwek, Pietruszka, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u>, Papryka</p> <p>Ziemniaki 250g</p> <p>Marchew 150g</p> <p>E: 583.65, B: 31.86, T: 6.93, W: 106.76, Błonnik [g]: 17.46, BW [g]: 17.14, BR [g]: 14.72, Wp [g]: 89.32, Cukier [g]: 25.88, Sód [mg]: 678.55, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.46, Sól: 1.52, WW: 9.93</p>	<p>Kompot owocowy 250g Składniki: Woda, Jabłko</p> <p>Zupa grysikowa 401g Składniki: Bulion warzywny w słoiku (przed przygotowaniem), <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Pierś z kurczaka, Marchew, Udko kurczaka, Pietruszka, <u>Kasza manna (gluten)</u>, Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie</p> <p>Gotowane pierogi z mięsem 250g Składniki: Połędwica wołowa, <u>Mąka pszenna, typ 550 (gluten)</u>, Cebula, Woda, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy</p> <p>Marchew gotowana skropiona oliwą 200g Składniki: Marchew, Oliwa z oliwek</p> <p>E: 760.03, B: 41.33, T: 27.35, W: 94.19, Błonnik [g]: 14.71, BW [g]: 29.49, BR [g]: 11.84, Wp [g]: 79.47, Cukier [g]: 25.39, Sód [mg]: 1034.47, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 5.18, Sól: 2.58, WW: 8.9</p>	<p>Kompot owocowy 500g Składniki: Woda, Jabłko</p> <p>Zupa koperkowa z kluskami na rosole 388g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna (seler)</u>, Kura, Kluski lane, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Surówka z buraczków 198g Składniki: Buraki, Cytryna, Olej rzepakowy, Miód pszczeli</p> <p>Gotowana pierś z kurczaka z marchewką 100g Składniki: Pierś z kurczaka, Marchew</p> <p>E: 677.59, B: 43, T: 20.07, W: 90.12, Błonnik [g]: 14.71, BW [g]: 31.78, BR [g]: 9.96, Wp [g]: 75.4, Cukier [g]: 26.58, Sód [mg]: 270.32, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 4.76, Sól: 0.53, WW: 8.35</p>

	czwartek 2026-05-14	piątek 2026-05-15	sobota 2026-05-16	niedziela 2026-05-17	poniedziałek 2026-05-18	wtorek 2026-05-19	środa 2026-05-20
Podwieczorek	Herbatniki 30g (<u>Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) E: 130.8 , B: 2.46 , T: 3.3 , W: 23.04 , Błonnik [g]: 0.39 , BW [g]: 0.36 , BR [g]: 2.1 , Wp [g]: 22.65 , Cukier [g]: 10.05 , Sód [mg]: 89.1 , Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.56 , Sól: 0.22 , WW: 2.28	Jogurtowa galaretka z owocami 200g Składniki: Galaretka owocowa (po przyrządzeniu), Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko) , Brzoskwinia E: 103.2 , B: 4.04 , T: 0.68 , W: 20.16 , Błonnik [g]: 0.76 , BW [g]: 3.64 , BR [g]: 0.4 , Wp [g]: 19.4 , Cukier [g]: 18.48 , Sód [mg]: 17.2 , Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.06 , Sól: 0.04 , WW: 0.56	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 200g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) E: 104 , B: 8 , T: 3 , W: 11 , Błonnik [g]: 0 , BW [g]: 8 , BR [g]: 0 , Wp [g]: 11 , Cukier [g]: 11 , Sód [mg]: 80 , Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.12 , Sól: 0.2 , WW: 1.2	Ciasto drożdżowe 100g (<u>Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) E: 291 , B: 7.7 , T: 8 , W: 47.7 , Błonnik [g]: 1.5 , BW [g]: 2.4 , BR [g]: 5.3 , Wp [g]: 46.2 , Cukier [g]: 8.5 , Sód [mg]: 139 , Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.98 , Sól: 0.35 , WW: 4.6	Serek homogenizowany waniliowy 130g (<u>Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) E: 128.7 , B: 6.89 , T: 3.77 , W: 16.64 , Błonnik [g]: 0.04 , BW [g]: 6.89 , BR [g]: 0 , Wp [g]: 16.64 , Cukier [g]: 15.08 , Sód [mg]: 41.6 , Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.12 , Sól: 0.1 , WW: 1.69	Bułeczki drożdżowe z jabłkami 60g (<u>Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)</u>) E: 164.4 , B: 3.72 , T: 4.32 , W: 28.38 , Błonnik [g]: 1.32 , BW [g]: 1.14 , BR [g]: 2.58 , Wp [g]: 27.06 , Cukier [g]: 7.2 , Sód [mg]: 62.4 , Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.7 , Sól: 0.16 , WW: 2.7	Budyń bez cukru o smaku czekoladowym 200g E: 138 , B: 7.4 , T: 3.6 , W: 19.2 , Błonnik [g]: 0.6 , BW [g]: 7.4 , BR [g]: 0.06 , Wp [g]: 18.6 , Cukier [g]: 9.8 , Sód [mg]: 48 , Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 0.2 , Sól: 0.12 , WW: 1.8

	czwartek 2026-05-14	piątek 2026-05-15	sobota 2026-05-16	niedziela 2026-05-17	poniedziałek 2026-05-18	wtorek 2026-05-19	środa 2026-05-20
Kolacja	<p>Masło ekstra 15g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Chleb pszenny 70g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 60g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Chleb baltonowski 30g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Dżem truskawkowy niskosłodzony 60g</p> <p>E: 548.1, B: 20.31, T: 17.44, W: 80.02, Błonnik [g]: 4.31, BW [g]: 10.17, BR [g]: 10.14, Wp [g]: 75.71, Cukier [g]: 24.59, Sód [mg]: 959.95, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.06, Sól: 2.4, WW: 7</p>	<p>Pomidor 50g</p> <p>Chleb pszenny 70g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Szynka z indyka 60g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Chleb baltonowski 30g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Serek Almette śmietankowy 60g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>E: 585.9, B: 23.49, T: 29.32, W: 59.32, Błonnik [g]: 4.04, BW [g]: 14.49, BR [g]: 9, Wp [g]: 55.25, Cukier [g]: 4.37, Sód [mg]: 994.75, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 2.04, Sól: 2.49, WW: 5.14</p>	<p>Masło ekstra 15g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Chleb pszenny 70g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Polędwica sopocka 60g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Chleb baltonowski 30g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Dżem brzoskwinowy 60g</p> <p>E: 549.9, B: 22.47, T: 16.36, W: 80.86, Błonnik [g]: 4.37, BW [g]: 12.63, BR [g]: 9.84, Wp [g]: 76.49, Cukier [g]: 22.79, Sód [mg]: 848.35, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.44, Sól: 2.12, WW: 7.12</p>	<p>Masło ekstra 15g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Chleb pszenny 35g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pasta jajeczna z koperkiem 60g Składniki: Jaja kurze całe (jaja), Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko), Koperkek</p> <p>Roszpinka 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Chleb baltonowski 70g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>E: 497.29, B: 20.39, T: 19.82, W: 61.66, Błonnik [g]: 3.94, BW [g]: 10.87, BR [g]: 9.52, Wp [g]: 57.72, Cukier [g]: 3.37, Sód [mg]: 797.51, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.91, Sól: 2, WW: 5.57</p>	<p>Masło ekstra 15g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Chleb pszenny 70g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Szynka z indyka 30g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mix sałat z burakiem 25g</p> <p>Chleb baltonowski 30g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Serek Almette śmietankowy 30g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>E: 486.95, B: 16.35, T: 21.59, W: 58.68, Błonnik [g]: 4.09, BW [g]: 7.35, BR [g]: 9, Wp [g]: 54.58, Cukier [g]: 3.61, Sód [mg]: 745.95, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.56, Sól: 1.86, WW: 4.99</p>	<p>Masło ekstra 15g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Roszpinka 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Chleb pszenny 70g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Szynka z indyka 30g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Chleb baltonowski 30g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Serek wiejski lekki 100g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>E: 489.4, B: 25.49, T: 17.39, W: 59.79, Błonnik [g]: 3.48, BW [g]: 16.34, BR [g]: 9.15, Wp [g]: 56.31, Cukier [g]: 4.17, Sód [mg]: 943.75, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.34, Sól: 2.36, WW: 5.1</p>	<p>Szynka parzona 30g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Masło ekstra 15g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Chleb pszenny 70g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidory koktajlowe 50g</p> <p>Chleb baltonowski 30g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Serek Almette śmietankowy 30g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>E: 488.5, B: 16.01, T: 22.15, W: 58.62, Błonnik [g]: 3.94, BW [g]: 6.63, BR [g]: 9.38, Wp [g]: 54.67, Cukier [g]: 3.27, Sód [mg]: 819.55, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 1.56, Sól: 2.04, WW: 4.99</p>
Suma	<p>E: 2345.73 B: 100.74, T: 72.96, W: 335.09, Błonnik [g]: 24.55, BW [g]: 59.54, BR [g]: 41.2, Wp [g]: 310.57, Cukier [g]: 84.65, Sód [mg]: 2666.01, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 8.09, Sól: 6.62, WW: 31.17,</p>	<p>E: 2593.68 B: 163.51, T: 94.7, W: 280.98, Błonnik [g]: 19.63, BW [g]: 133.47, BR [g]: 29.74, Wp [g]: 261.32, Cukier [g]: 100.37, Sód [mg]: 2833.7, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 7.59, Sól: 5.23, WW: 24.25,</p>	<p>E: 2118.14 B: 90.92, T: 49.68, W: 340.68, Błonnik [g]: 27.75, BW [g]: 56.22, BR [g]: 34.7, Wp [g]: 312.94, Cukier [g]: 106.11, Sód [mg]: 2159.69, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 6.08, Sól: 5.39, WW: 30.76,</p>	<p>E: 2309.46 B: 97.48, T: 77.96, W: 316.11, Błonnik [g]: 23.56, BW [g]: 49.43, BR [g]: 39.79, Wp [g]: 292.56, Cukier [g]: 45.04, Sód [mg]: 2179.17, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 8.58, Sól: 5.12, WW: 29.09,</p>	<p>E: 1972.36 B: 93.14, T: 60.3, W: 278.03, Błonnik [g]: 29.16, BW [g]: 50.9, BR [g]: 33.99, Wp [g]: 248.93, Cukier [g]: 66.53, Sód [mg]: 2567.16, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 5.4, Sól: 5.93, WW: 25.16,</p>	<p>E: 2482.61 B: 117.74, T: 79.27, W: 338.77, Błonnik [g]: 32.69, BW [g]: 75.14, BR [g]: 42.6, Wp [g]: 306.06, Cukier [g]: 86.72, Sód [mg]: 3256.22, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 10.55, Sól: 7.35, WW: 30.31,</p>	<p>E: 2255.13 B: 110.24, T: 72.01, W: 305.74, Błonnik [g]: 24.34, BW [g]: 75.27, BR [g]: 33.77, Wp [g]: 281.39, Cukier [g]: 75.64, Sód [mg]: 1832.99, Kwasy tłuszczowe wielonienasycone (PUFA): 8.98, Sól: 4.41, WW: 27.94,</p>

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