

19.08.2026	
śniadanie	alergeny
Twaróg półtłusty (80)	mleko
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Jabłko (1)	
obiad	alergeny
Barszcz z ziemniakami (450)	gluten, mleko, seler, soja
Potrawka chińska dietetyczna (130)	dwutlenek siarki i siarczany, seler
Surówka z cukini (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Pasta drobiowa (80)	jaja, mleko
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2094 kcal
Białka: 104,71 g
Tłuszcze: 56,25 g
Tłuszcze nasycone: 29,26 g
Węglowodany: 266,15 g
w tym cukry: 90,21 g
Błonnik: 23,56 g
Sód: 1,88 g

20.08.2026	
śniadanie	alergeny
Pasta jajeczna (80)	gorczyca, jaja, mleko
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Brzoskwinia (1)	
obiad	alergeny
Zupa brokułowa z makaronem (450)	gluten, seler, soja
Schab pieczony (60)	
Fasolka szparagowa z wody (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Ser mozzarella (40)	mleko
Szynka biała (40)	seler, soja
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: serek wiejski (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2086 kcal
Białka: 116,22 g
Tłuszcze: 68,74 g
Tłuszcze nasycone: 34,54 g
Węglowodany: 230,49 g
w tym cukry: 61,07 g
Błonnik: 22,74 g
Sód: 2,21 g

21.08.2026	
śniadanie	alergeny
Pasta z buraka (50)	dwutlenek siarki i siarczany, mleko
Jajko gotowane (1)	jaja
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Pomidor bez skóry (60g)	
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Morela (2)	
obiad	alergeny
Zupa ryżowa z zielonym groszkiem (450)	seler, soja
Ryba gotowana (80g)	ryby, seler
Sos śmietanowy (60)	gluten, gorczyca, mleko
Surówka z selera i jabłka (150)	mleko, seler
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Polędwica drobiowa (40)	gluten
Twaróg (40)	mleko
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1869 kcal
Białka: 91,24 g
Tłuszcze: 37,22 g
Tłuszcze nasycone: 27,41 g
Węglowodany: 229,08 g
w tym cukry: 52,14 g
Błonnik: 23,85 g
Sód: 1,67 g

22.08.2026	
śniadanie	alergeny
Twaróg (40g)	mleko
Szynka biała (40)	seler, soja
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Nektarynka (1)	
obiad	alergeny
Zupa z dyni z zacierką (450)	gluten, jaja, seler, soja
Pulpet mięsny gotowany (90)	gluten, jaja, seler
Bukiet z warzyw (150g)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Ser wiejski (1)	mleko
Szynka "bianka" (40)	
Pomidor bez skóry (60g)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Masło extra (10)	mleko
Herbata ekspresowa (250)	
Posiłek nocny: kefir (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2027 kcal
Białka: 110,59 g
Tłuszcze: 44,31 g
Tłuszcze nasycone: 30,7 g
Węglowodany: 257,89 g
w tym cukry: 75,58 g
Błonnik: 20,33 g
Sód: 2,4 g

23.08.2026	
śniadanie	alergeny
Ser mozzarella (40)	mleko
Szynka pieprzowa (40)	soja
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Pomarańcza (1)	
obiad	alergeny
Rosół z makaronem (450ml)	gluten, seler
Kurczak duszony w jarzynach (90g)	seler
Surówka z marchwi i jabłka (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150g)	
Kompot (250ml)	
kolacja	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka drobiowa (40)	gluten, mleko
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Ciasto marchewkowe (60)	gluten, jaja
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2277 kcal
Białka: 102,24 g
Tłuszcze: 66,7 g
Tłuszcze nasycone: 28,58 g
Węglowodany: 249,15 g
w tym cukry: 81,5 g
Błonnik: 29,15 g
Sód: 2,28 g

24.08.2026

śniadanie	alergeny
Pasta z ryby pieczonej i twarogu (50)	dwutlenek siarki i siarczany, gorczyca, jaja, mleko, ryby
Szynka biała (40)	seler, soja
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Jabłko (1)	
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa koperkowa z ziemniakami (450)	gluten, seler, soja
Gulasz wegetariański dietetyczny (110)	mleko
Cukinia gotowana z tymiankiem (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleciną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Szynka "bianka" (40)	
Ser mozzarella (40)	mleko
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: serek homogenizowy (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1967 kcal
Białka: 90,6 g
Tłuszcze: 51,78 g
Tłuszcze nasycone: 28,68 g
Węglowodany: 245,5 g
w tym cukry: 62,18 g
Błonnik: 29,21 g
Sód: 2 g

25.08.2026

śniadanie	alergeny
Ser mozzarella (40)	mleko
Szynka pieprzowa (40)	soja
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Morela (2)	
obiad	alergeny
Zupa szpinakowa z zacierką (450)	gluten, jaja, seler, soja
Schab pieczony (60g)	seler
Dynia pieczona z rozmarynem (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleciną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Pieczeń beskidzka (80)	gluten, jaja
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: kefir (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2024 kcal
Białka: 110,05 g
Tłuszcze: 53,4 g
Tłuszcze nasycone: 29,05 g
Węglowodany: 242,97 g
w tym cukry: 48,54 g
Błonnik: 19,29 g
Sód: 1,73 g

26.08.2026

śniadanie	alergeny
Pasta z fasolki szparagowej (50)	
Pomidor bez skóry (60g)	
Polędwica drobiowa (40)	gluten
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Jabłko (1)	
obiad	alergeny
Zupa chrzanowo-ziemniaczana (450)	dwutlenek siarki i siarczany, gluten, mleko, seler, soja
Klopsik duszony (90)	
Surówka z cukini (150)	
Sos koperkowy (60)	gluten, mleko
Ziemniaki gotowane z zieleciną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Szynka na krajalnicę (40)	
Ser mozzarella (40)	mleko
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2096 kcal
Białka: 90,82 g
Tłuszcze: 52,82 g
Tłuszcze nasycone: 31,55 g
Węglowodany: 289,45 g
w tym cukry: 81,74 g
Błonnik: 25,96 g
Sód: 1,73 g

27.08.2026

śniadanie	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka pieprzowa (40)	soja
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Brzoskwinia (1)	
obiad	alergeny
Zupa prowansalska z kaszą jaglaną (450)	dwutlenek siarki i siarczany, seler
Pierś z kurczaka duszona w jarzynach (60g)	
Surówka z seler a jabłka (150)	mleko, seler
Ziemniaki gotowane z zieleciną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Salatka caprese (100)	mleko
Szynka biała (40)	seler, soja
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: kefir (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1949 kcal
Białka: 102,04 g
Tłuszcze: 42,69 g
Tłuszcze nasycone: 27,97 g
Węglowodany: 245,16 g
w tym cukry: 76,22 g
Błonnik: 25,55 g
Sód: 2,14 g

28.08.2026

śniadanie	alergeny
Serek śmietankowy (40)	mleko
Polędwica drobiowa (40)	gluten
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Pomidor bez skóry (60g)	
Kakao (250)	mleko
Morela (2)	
obiad	alergeny
Zupa selerowa z zacierką (450)	gluten, jaja, mleko, seler, soja
Ryba gotowana w sosie greckim (165g)	dwutlenek siarki i siarczany, gluten, ryby, seler
Brokuły z wody (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleciną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Szynka "bianka" (40)	
Jajko gotowane (1)	jaja
Pomidor bez skóry (60g)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: serek wiejski (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1924 kcal
Białka: 111,48 g
Tłuszcze: 54,11 g
Tłuszcze nasycone: 34,62 g
Węglowodany: 214,54 g
w tym cukry: 44,08 g
Błonnik: 24,68 g
Sód: 2,63 g