

19.08.2026		20.08.2026		21.08.2026		22.08.2026		23.08.2026	
śniadanie	<i>alergeny</i>	śniadanie	<i>alergeny</i>	śniadanie	<i>alergeny</i>	śniadanie	<i>alergeny</i>	śniadanie	<i>alergeny</i>
Twaróg półtłusty (80)	mleko	Pasta jajeczna (80)	gorczyca, jaja, mleko	Pasta z buraka (50)	dwutlenek siarki i siarczany, mleko	Twaróg z rzodkiewką (40)	mleko	Ser mozzarella (40)	mleko
Pomidor (60)						Szynka biała (40)	seler, soja	Szynka pieprzowa (40)	soja
Masło extra (10)	mleko	Papryka świeża (50)		Jajko gotowane (1)	jaja	Papryka świeża (50)		Pomidor (60)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten	Masło extra (10)	mleko	Masło extra (10)	mleko	Masło extra (10)	mleko	Masło extra (10)	mleko
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko	Pieczywo mieszane (80)	gluten	Pomidor (60)		Pieczywo mieszane (80)	gluten	Pieczywo mieszane (80)	gluten
Jabłko (1)		Kawa mleczna (250)	gluten, mleko	Pieczywo mieszane (80)	gluten	Kawa mleczna (230)	gluten, mleko	Herbata (250)	
obiad	<i>alergeny</i>	Brzoskwinia (1)		Kawa mleczna (250)	gluten, mleko	Nektarynka (1)		Pomarańcza (1)	
Barszcz z ziemniakami (450)	gluten, mleko, seler, soja	obiad	<i>alergeny</i>	Morela (2)		obiad	<i>alergeny</i>	obiad	<i>alergeny</i>
Potrawka chińska (130)	dwutlenek siarki i siarczany	Zupa brokułowa z makaronem (450)	gluten, seler, soja	obiad	<i>alergeny</i>	Zupa z dyni z zacierką (450)	gluten, jaja, seler, soja	Rosół z makaronem (450ml)	gluten, seler
Surówka z cukini (150)		Bitki wieprzowe duszone (60)	dwutlenek siarki i siarczany, gluten	Zupa ryżowa z zielonym groszkiem (450)	seler, soja	Pulpet mięsny gotowany (90)	gluten, jaja, seler	Kurczak duszony w jarzynach (90g)	seler
Kasza gryczana (150)		Surówka z kapusty pekińskiej I (150)	gorczyca, jaja	Ryba smażona (90)	gluten, ryby	Mizeria (150)	mleko	Salatka z kapusty czerwonej (150)	
Kompot (250)		Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)		Salatka z kapusty białej (150)		Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)		Ziemniaki gotowane z zieleniną (150g)	
kolacja	<i>alergeny</i>	Kompot (250)		Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)		Kompot (250)		Kompot (250ml)	
Ser żółty (40)	mleko	kolacja	<i>alergeny</i>	Kompot (250)		kolacja	<i>alergeny</i>	kolacja	<i>alergeny</i>
Pasta drobiowa (40)	jaja	Ser mozzarella (40)	mleko	kolacja	<i>alergeny</i>	Salatka jarzynowa (200)	gorczyca, jaja, mleko, seler	Jajko gotowane (1)	jaja
Ogórek zielony (60)		Szynka biała (40)	seler, soja	Polędwica drobiowa (40)	gluten	Szynka "bianka" (40)		Szynka drobiowa (40)	gluten, mleko
Masło extra (10)	mleko	Ogórek zielony (60)		Twaróg (40)	mleko	Masło extra (10)	mleko	Ogórek zielony (60)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten	Masło extra (10)	mleko	Papryka świeża (50)		Pieczywo mieszane (80)	gluten	Masło extra (10)	mleko
Herbata (250)		Pieczywo mieszane (80)	gluten	Masło extra (10)	mleko	Herbata (250)		Pieczywo mieszane (80)	gluten
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko	Herbata (250)		Pieczywo mieszane (80)	gluten	Posiłek nocny: kefir (1)	mleko	Herbata (250)	
Wartość energetyczna: 2111 kcal		Posiłek nocny: serek wiejski (1)	mleko	Herbata (250)		Wartość energetyczna: 2051 kcal		Ciasto marchewkowe (60)	gluten, jaja
Białka: 107,24 g		Wartość energetyczna: 2153 kcal		Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko	Białka: 94,57 g		Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko
Tłuszcze: 61,62 g		Białka: 117,07 g		Wartość energetyczna: 1799 kcal		Tłuszcze: 43,92 g		Wartość energetyczna: 2258 kcal	
Tłuszcze nasycone: 33,82 g		Tłuszcze: 76,36 g		Białka: 86,94 g		Tłuszcze nasycone: 26,91 g		Białka: 105,5 g	
Węglowodany: 246,37 g		Tłuszcze nasycone: 34,66 g		Tłuszcze: 39,73 g		Tłuszcze nasycone: 28,52 g		Węglowodany: 257,43 g	
w tym cukry: 70,38 g		Węglowodany: 216,19 g		Węglowodany: 238,47 g		Węglowodany: 271,23 g		w tym cukry: 75,14 g	
Błonnik: 24,29 g		w tym cukry: 46,07 g		w tym cukry: 52,25 g		w tym cukry: 63,32 g		Błonnik: 26,32 g	
Sód: 2,11 g		Błonnik: 21,26 g		Błonnik: 20,77 g		Błonnik: 23,16 g		Sód: 2,09 g	
		Sód: 2,23 g		Sód: 1,44 g		Sód: 2,11 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
Ogórek zielony (60)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Śliwka (1szt)	
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
obiad	alergeny
Zupa koperkowa z ziemniakami (450)	gluten, seler, soja
Gulasz wegetariański (110g)	dwutlenek siarki i siarczany, mleko
Surówka z białej rzodkwi (150)	gorczyca, jaja, mleko
Kasza gryczana (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Szynka "bianka" (40)	
Ser mozzarella (40)	mleko
Pomidor (60)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: serek homogenizowy (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2083 kcal
Białka: 95,47 g
Tłuszcze: 59,47 g
Tłuszcze nasycone: 29,78 g
Węglowodany: 255,89 g
w tym cukry: 62,53 g
Błonnik: 32,18 g
Sód: 2,01 g

25.08.2026

śniadanie	alergeny
Ser mozzarella (40)	mleko
Szynka pieprzowa (40)	soja
Papryka świeża (50)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Morela (2)	
obiad	alergeny
Zupa szpinakowa z zacierką (450)	gluten, jaja, seler, soja
Schab pieczony (60g)	seler
Sos pieczeniowy (60)	gluten, mleko
Surówka z kapusty pekińskiej i fasolki II (150)	
Ziemniaki gotowane z zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Pieczeń beskidzka (80)	gluten, jaja
Pomidor (60)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (120)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: kefir (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2124 kcal
Białka: 113,44 g
Tłuszcze: 65,95 g
Tłuszcze nasycone: 31,1 g
Węglowodany: 238,11 g
w tym cukry: 51,8 g
Błonnik: 23,18 g
Sód: 1,87 g

26.08.2026

śniadanie	alergeny
Pasta z fasolki szparagowej (50)	mleko
Polędwica drobiowa (40)	gluten
Pomidor (60)	
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)	gluten, jaja
Surówka z cukini (150)	
Sos koperkowy (60)	gluten, mleko
Kasza pęczak (150)	gluten
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Ser żółty (40)	mleko
Szynka na krawalnicę (40)	
Ogórek zielony (60)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: jogurt naturalny (1)	mleko

Wartość energetyczna: 2064 kcal
Białka: 88,65 g
Tłuszcze: 55,04 g
Tłuszcze nasycone: 33,49 g
Węglowodany: 264,87 g
w tym cukry: 61,74 g
Błonnik: 22,53 g
Sód: 1,84 g

27.08.2026

śniadanie	alergeny
Jajko gotowane (1)	jaja
Szynka pieprzowa (40)	soja
Papryka świeża (50)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Kawa mleczna (250)	gluten, mleko
Gruszka (1)	
obiad	alergeny
Zupa prowansalska z kaszą jaglaną (450)	dwutlenek siarki i siarczany, seler
Kotlet z piersi kurczaka smażony (90)	gluten, jaja, mleko
Mizeria (150)	mleko
Ziemniaki gotowane z zieleniną (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: 2061 kcal
Białka: 103,82 g
Tłuszcze: 51,37 g
Tłuszcze nasycone: 28,83 g
Węglowodany: 253,98 g
w tym cukry: 75,53 g
Błonnik: 20,48 g
Sód: 2,04 g

28.08.2026

śniadanie	alergeny
Hummus z ciecierzycy (50)	
Serek śmietankowy (40)	mleko
Masło extra (10)	mleko
Ogórek zielony (60)	
Pieczywo mieszane (80)	gluten
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 zieleniną (150)	
Kompot (250)	
kolacja	alergeny
Szynka "bianka" (40)	
Jajko gotowane (1)	jaja
Pomidor (60)	
Masło extra (10)	mleko
Pieczywo mieszane (80)	gluten
Herbata (250)	
Posiłek nocny: serek wiejski (1)	mleko

Wartość energetyczna: 1998 kcal
Białka: 110,29 g
Tłuszcze: 57,86 g
Tłuszcze nasycone: 34,77 g
Węglowodany: 226,9 g
w tym cukry: 45,73 g
Błonnik: 26,94 g
Sód: 2,37 g