

	poniedziałek 2026-08-31	wtorek 2026-09-01	środa 2026-09-02	czwartek 2026-09-03	piątek 2026-09-04	sobota 2026-09-05	niedziela 2026-09-06
Śniadanie	Parówki z indyka z kanapkami 273g Składniki: <u>Parówki Filetki z indyka (mleko,soja,gorczycza,seler)</u> , Pomidory koktajlowe, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzecchy,sezam)</u> , <u>Chleb baltonowski (mleko,jaja,orzeczki ziemne,orzecchy)</u> , <u>Musztarda (siarka,gorczycza)</u> , <u>Ser żółty (mleko)</u> , Salata, <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Jaja gotowane na twardo i kanapki 340g Składniki: <u>Jaja kurze całe, gotowane (jaja)</u> , Salata lodowa, Papryka czerwona, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzecchy,sezam)</u> , <u>Chleb baltonowski (mleko,jaja,orzeczki ziemne,orzecchy)</u> , <u>Wędlina drobiowa z piersi kurczaka (gorczycza,gluten,mleko,soja)</u> , <u>Majonez Horeca (jaja,gorczycza)</u> Masło ekstra 8g (mleko)	Zupa mleczna z ryżem 350g Składniki: <u>Mleko bez laktozy, 1.5% tłuszczu (mleko)</u> , Ryż paraboliczny ugotowany Chleb wiejski 35g (jaja, soja, mleko, orzecchy, sezam) Chleb baltonowski 25g (jaja, orzechski ziemne, mleko, orzecchy) Masło ekstra 8g (mleko) Salata 10g Ogórek świeży (długi) 80g Wędlina wieprzowa z poledwicy 30g (gluten, jaja, soja, mleko, seler, gorczycza)	Kanapki z mozzarellą wędzoną i pomidorem 283g Składniki: Pomidor, Salata lodowa, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzecchy,sezam)</u> , <u>Chleb baltonowski (mleko,jaja,orzeczki ziemne,orzecchy)</u> , <u>Mozzarella wędzona (mleko)</u> (Mleko pasteryzowane, sól, podpuszczka, żywe kultury bakterii.), <u>Schab wieprzowy Madej (gluten,soja,gorczycza,seler)</u> , <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 145g Składniki: <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Majonez dekoracyjny, Szczypiorek, Pieprz czarny, Sól biała Chleb baltonowski 30g (jaja, orzechski ziemne, mleko, orzecchy) Chleb wiejski 35g (jaja, soja, mleko, orzecchy, sezam) Masło ekstra 8g (mleko) Pomidory koktajlowe 80g Salata 10g Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 60g (mleko)	Owsianka korzenna z orzechami włoskimi 356g Składniki: <u>Mleko bez laktozy, 1.5% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Płatki owsiane (gluten)</u> , <u>Orzechy włoskie (orzecchy)</u> , Cynamon w proszku, Goździki w proszku Kanapki z wędliną, serem twarogowym i rzodkiewką 233g Składniki: <u>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (mleko)</u> , <u>Rzodkiewka, Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzecchy,sezam)</u> , <u>Chleb baltonowski (mleko,jaja,orzeczki ziemne,orzecchy)</u> , <u>Wędlina z piersi indyka (gluten,mleko,jaja,soja,gorczycza,seler)</u> , Salata, <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Kanapki z wędliną i ogórkiem 268g Składniki: Ogórek świeży (długi), Salata lodowa, <u>Wędlina wieprzowa z poledwicy (gluten,mleko,jaja,soja,gorczycza,seler)</u> , <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzecchy,sezam)</u> , <u>Chleb baltonowski (mleko,jaja,orzeczki ziemne,orzecchy)</u> , <u>Masło ekstra (mleko)</u>
II Śniadanie	Jabłko 210g Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (mleko)	Jabłko 210g	Jogobella bez cukru owocowa 150g (mleko)	Serek wiejski wysokobiałkowy 200g (mleko) Nektarynka 120g	Jabłko 210g Kefir, 1,5% tłuszczu 320g (mleko)	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (mleko)	Drożdżówka domowa 85g Składniki: <u>Maka pszenna typ 500, z witaminami (gluten)</u> , Olej rzepakowy, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Mleko UHT, 1.5% tłuszczu (mleko)</u> , Cukier, Drożdże piekarskie, prasowane, Cukier waniliowy Banan 130g
Obiad	Zupa krupnik 330g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Ziemniaki, średnio, <u>Kasza jęczmienna, perlowa (gluten)</u> , Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Lekkostrawny schab duszony w lekkim sosie 290g Składniki: Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Skrobina ziemniaczana, Sos sojowy o obniżonej zawartości soli, Majeranek suszony, Tymianek suszony Surówka z marchewki i jabłka na oleju 190g Składniki: Marchew, Jabłko, Olej rzepakowy Ziemniaki, gotowane 200g Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 223g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier	Zupa szczawiowa 249g Składniki: <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Szczaw, Ziemniaki, średnio, Cebula, <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Kotlet mielony z papryką i selerem naciowym w sosie bulionowym 174g Składniki: Podudzie z kurczaka ze skórą (bez kości), Papryka czerwona, <u>Seler naciowy (seler)</u> , <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Bułka pszenna zwykła (gluten)</u> , Bulion warzywny w słoiku (przed przygotowaniem), Papryka w proszku, Pieprz czarny, Sól biała Surówka z sałaty lodowej, cebuli czerwonej, marchewki i korniszonów 186g Składniki: Salata lodowa, <u>Ogórki konserwowe (siarka,gorczycza)</u> , Cebula czerwona, Marchew, Olej rzepakowy Ryż paraboliczny ugotowany 150g Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 223g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier	Biały krem warzywny z pestkami dyni 396g Składniki: Kalafior, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Ziemniaki, średnio, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Dynia, pestki, łuskane, Pieprz czarny, Sól biała Podudzia z kurczaka pieczone w przyprawach 186g Składniki: Podudzie z kurczaka ze skórą (bez kości), Czosnek, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Papryka w proszku Surówka z kapusty pekińskiej z rzodkiewką 168g Składniki: Kapusta pekińska, Ogórek świeży (długi), Rzodkiewka, Sok z cytryny, Szczypiorek, Olej rzepakowy Ziemniaki, gotowane 200g Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 223g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier	Zupa pomidorowa 380g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Ryż basmati, Olej rzepakowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pietruszka, liście (natka pietruszki) Kotlet mielony (żywienie zbiorowe) 176g Składniki: Wieprzowina, łopatka, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , Cebula, Pieprz czarny, Sól biała Surówka z buraczków 146g Składniki: Buraki, gotowane, Cebula, Cytryna, Olej rzepakowy Kasza gryczana, gotowana 150g Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 223g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier	Zupa ogórkowa 234g Składniki: Ogórek kiszony, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Ziemniaki, średnio, <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Koper ogrodowy, Olej rzepakowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Mintaj w brokułowym sosie 266g Składniki: Mintaj, filet bez skóry, świeży, Brokuły, <u>Serek śmietankowy naturalny (mleko)</u> , Czosnek Fasolka szparagowa duszona na parze 200g Składniki: Fasolka szparagowa, mrożona Ziemniaki, gotowane 200g Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 223g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier	Zupa z zielonych warzyw 296g Składniki: <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Groszek zielony, mrożony, <u>Seler naciowy (seler)</u> , Brukselka, Marchew, Ziemniaki, średnio, <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Por Potrawa z indyka z warzywami w sosie pomidorowym 399g Składniki: Mieszanka warzywna włoska, mrożona, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Mięso z udca indyka, bez skóry, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Czosnek, Sól biała Ogórek kiszony 100g Ziemniaki, gotowane 200g Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 223g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier	Zupa pieczarkowa 464g Składniki: Woda, Pieczarki, świeże, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Ziemniaki, średnio, <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Pietruszka, liście (natka pietruszki), Cebula, Olej rzepakowy Poledwiczki w sosie paprykowym 301g Składniki: Wieprzowina, poledwica surowa, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Papryka czerwona, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Papryka w proszku Surówka z białej kapusty 178g Składniki: Kapusta biała, Ogórek świeży (długi), Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Koper ogrodowy Kasza bulgur, gotowana 150g (gluten) Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 223g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier

	poniedziałek 2026-08-31	wtorek 2026-09-01	środa 2026-09-02	czwartek 2026-09-03	piątek 2026-09-04	sobota 2026-09-05	niedziela 2026-09-06
Kolacja	Paszтет drobiowy domowy 76g Składniki: Udo z kurczaka, ze skórą i kością, Wieprzowina, podgardle, <u>Bułka tarta (gluten)</u> , <u>Śliwki bez pestek, suszone (siarka)</u> , <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> Chleb baltonowski 25g (<u>jaja</u> , <u>orzeszki ziemne</u> , <u>mleko</u> , <u>orzechy</u>) Chleb wiejski 35g (<u>jaja</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>orzechy</u> , <u>sezam</u>) Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>) Ogórek kiszony 100g Salata lodowa 70g Ćwikla z chrzanem 20g Wędlina drobiowa z piersi kurczaka 15g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>gorczyca</u>)	Twarożek z orzechami włoskimi 113g Składniki: <u>Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko)</u> , <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Miód pszczeli, <u>Orzechy włoskie (orzechy)</u> , Cynamon w proszku Kanapki z wędliną i pomidorkami 193g Składniki: Pomidory koktajlowe, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u> , <u>Chleb baltonowski (mleko,jaja,orzeszki ziemne,orzechy)</u> , Szynka wieprzowa, gotowana, Salata, <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Pasta jajeczna z makrelą i szczypiorkiem 141g Składniki: <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Makrela, wędzona (ryby)</u> , <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Majonez dekoracyjny, Pieprz czarny Kanapki z wędliną i ogórkiem 185g Składniki: Ogórek świeży (długi), <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u> , <u>Chleb baltonowski (mleko,jaja,orzeszki ziemne,orzechy)</u> , Wędlina drobiowa z piersi kurczaka (<u>gorczyca,gluten,mleko,soja</u>), Salata Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>)	Salatka z fetą 279g Składniki: Ogórek świeży (długi), Pomidor, Salata lodowa, <u>Ser typu Feta (mleko)</u> , Oliwki czarne, w zalewie, Miód pszczeli, <u>Musztarda (siarka,gorczyca)</u> , Olej rzepakowy, Sok z cytryny Kanapki z wędliną 103g Składniki: <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u> , <u>Chleb baltonowski (mleko,jaja,orzeszki ziemne,orzechy)</u> , Wędlina wieprzowa z poledwicy (<u>gluten,mleko,jaja,soja,gorczyca,seler</u>), <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Pasta z ciecierzycy z koperkiem 58g Składniki: Ciecioraka surowa (ciecierzyca), Cebula, Koper ogrodowy, Olej rzepakowy, Czarnuszka, Słonecznik nasiona, prażone na sucho, Papryka w proszku, Sól jodowana Kanapki z serem żółtym 185g Składniki: Ogórek świeży (długi), <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u> , <u>Chleb baltonowski (mleko,jaja,orzeszki ziemne,orzechy)</u> , <u>Ser żółty (mleko)</u> , Roszponka	Twarożek z przyprawami 107g Składniki: <u>Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko)</u> , <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Bazylia, suszona, Czosnek w proszku, Koper suszony, Pieprz czarny, Pomidory suszone w proszku, Sól jodowana, Ziola prowansalskie Kanapki z wędliną i pomidorkami 193g Składniki: Pomidory koktajlowe, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u> , <u>Chleb baltonowski (mleko,jaja,orzeszki ziemne,orzechy)</u> , Szynka parzona (<u>gluten,mleko,soja,seler</u>), Salata, <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Serek wiejski z brzoskwinia 170g Składniki: <u>Serek wiejski naturalny (mleko)</u> , Brzoskwinia w syropie Kanapki z wędliną i pomidorkami 253g Składniki: Pomidory koktajlowe, Salata lodowa, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u> , <u>Chleb baltonowski (mleko,jaja,orzeszki ziemne,orzechy)</u> , Wędlina drobiowa z piersi kurczaka (<u>gorczyca,gluten,mleko,soja</u>), <u>Masło ekstra (mleko)</u>

	poniedziałek 2026-08-31	wtorek 2026-09-01	środa 2026-09-02	czwartek 2026-09-03	piątek 2026-09-04	sobota 2026-09-05	niedziela 2026-09-06
Śniadanie	Parówki z indyka z kanapkami 268g Składniki: <u>Parówki Filetki z indyka (mleko,soja,gorczycza,seler)</u> , Pomidory koktajlowe, <u>Chleb bałtonowski (mleko,jaja,orzyszki ziemne,orzechy)</u> , Musztarda (siarka,gorczycza), <u>Ser żółty (mleko)</u> , Salata, <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Jaja gotowane na twardo i kanapki 293g Składniki: <u>Jaja kurze całe, gotowane (jaja)</u> , <u>Chleb bałtonowski (mleko,jaja,orzyszki ziemne,orzechy)</u> , Rzodkiewka, <u>Wędlina drobiowa z piersi kurczaka (gorczycza,gluten,mleko,soja)</u> , Salata, <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Zupa mleczna z ryżem 350g Składniki: <u>Mleko bez laktozy, 1.5% tłuszczu (mleko)</u> , Ryż paraboliczny ugotowany Chleb bałtonowski 60g (<u>jaja, orzyszki ziemne, mleko, orzechy</u>) Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>) Salata 10g Ogórek świeży (długi) 80g Wędlina wieprzowa z polędwicy 30g (<u>gluten, jaja, soja, mleko, seler, gorczycza</u>)	Kanapki z mozzarellą i pomidorem 218g Składniki: Pomidor, <u>Chleb bałtonowski (mleko,jaja,orzyszki ziemne,orzechy)</u> , <u>Schab wieprzowy Majej (gluten,soja,gorczycza,seler)</u> , <u>Ser Mozzarella, w zalewie (mleko)</u> , Salata, <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 145g Składniki: <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Majonez dekoracyjny, Szczypiorek, Pieprz czarny, Sól biała Chleb bałtonowski 60g (<u>jaja, orzyszki ziemne, mleko, orzechy</u>) Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>) Pomidory koktajlowe 80g Salata 10g Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 60g (<u>mleko</u>)	Owsianka korzenna z orzechami włoskimi 356g Składniki: <u>Mleko bez laktozy, 1.5% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Płatki owsiane (gluten)</u> , <u>Orzechy włoskie (orzechy)</u> , Cynamon w proszku, Goździki w proszku Kanapki z wędliną, serem twarogowym i rzodkiewką 228g Składniki: <u>Chleb bałtonowski (mleko,jaja,orzyszki ziemne,orzechy)</u> , <u>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (mleko)</u> , Rzodkiewka, <u>Wędlina z piersi indyka (gluten,mleko,jaja,soja,gorczycza,seler)</u> , Salata, <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Kanapki z wędliną i ogórkiem 203g Składniki: Ogórek świeży (długi), <u>Chleb bałtonowski (mleko,jaja,orzyszki ziemne,orzechy)</u> , <u>Wędlina wieprzowa z polędwicy (gluten,mleko,jaja,soja,gorczycza,seler)</u> , Salata, <u>Masło ekstra (mleko)</u>
II Śniadanie	Jabłko 210g Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)	Jabłko 210g	Jogobella bez cukru owocowa 150g (<u>mleko</u>)	Serek wiejski wysokobiałkowy 200g (<u>mleko</u>) Nektarynka 120g	Jabłko 210g Kefir, 1,5% tłuszczu 320g (<u>mleko</u>)	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (<u>mleko</u>)	Drożdżówka domowa 85g Składniki: <u>Maka pszenna typ 500, z witaminami (gluten)</u> , Olej rzepakowy, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Mleko UHT, 1.5% tłuszczu (mleko)</u> , Cukier, Drożdże piekarskie, prasowane, Cukier waniliowy Banan 130g
Obiad	Zupa krupnik z kaszą jaglaną 410g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Ziemniaki, średnio, Kasza jaglana, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Lekkostrawny schab duszony w lekkim sosie 290g Składniki: Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Skrobia ziemniaczana, Sos sojowy o obniżonej zawartości soli, Majeranek suszony, Tymianek suszony Surówka z marchewki i jabłka na oleju 190g Składniki: Marchew, Jabłko, Olej rzepakowy Ziemniaki, gotowane 200g Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 223g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier	Zupa marchewkowa z kaszą manną 336g Składniki: <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Ziemniaki, średnio, Marchew, <u>Kasza manna (gluten)</u> , Olej rzepakowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Kotlet mielony z papryką i selerem naciowym w sosie bulionowym 174g Składniki: Podudzie z kurczaka ze skórą (bez kości), Papryka czerwona, <u>Seler naciowy (seler)</u> , <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Bułka pszenna zwykła (gluten)</u> , Bulion warzywny w słoiku (przed przygotowaniem), Papryka w proszku, Pieprz czarny, Sól biała Dynia duszona z natką pietruszki i masłem 151g Składniki: Dynia, Pietruszka, liście (natka pietruszki), <u>Masło ekstra (mleko)</u> Ryż paraboliczny ugotowany 150g Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 223g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier	Zupa krem z białych warzyw z grzankami pszennymi 410g Składniki: Kalafior, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Ziemniaki, średnio, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Pietruszka, korzeń, <u>Chleb bałtonowski (mleko,jaja,orzyszki ziemne,orzechy)</u> , Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała Podudzia z kurczaka duszone 184g Składniki: Podudzie z kurczaka ze skórą (bez kości), Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Papryka w proszku Ziemniaki, gotowane 200g Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 223g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier Marchewka duszona 143g Składniki: Marchew, gotowana, <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Zupa krem z dyni 420g Składniki: Dynia, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Ziemniaki, średnio, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała Wieprzowy duszony kotlet mielony 176g Składniki: Wieprzowina, łopatka, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , Cebula, Pieprz czarny, Sól biała Surówka z buraczków 115g Składniki: Buraki, gotowane, Olej rzepakowy Kasza jaglana, gotowana 140g Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 223g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier	Zupa jarzynowa z zacierkami 121g Składniki: <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Ziemniaki, średnio, Makaron z jaj przepiórczych Kluski, Olej rzepakowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Mintaj w brokułowym sosie 263g Składniki: Mintaj, filet bez skóry, świeży, Brokuły, <u>Serek śmietankowy naturalny (mleko)</u> Fasolka szparagowa duszona na parze 200g Składniki: Fasolka szparagowa, mrożona Ziemniaki, gotowane 200g Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 223g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier	Zupa z zielonych warzyw 371g Składniki: <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Groszek zielony, mrożony, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Brukselka, Marchew, Ziemniaki, średnio, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy Potrąwka z indyka z warzywami w lekkim sosie 224g Składniki: <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u> , Mięso z podudzia indyka, bez skóry, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Sól biała Marchewka z groszkiem (żywienie zbiorowe) 213g Składniki: Marchew, Groszek zielony, konserwowy, <u>Masło ekstra (mleko)</u> Ziemniaki, gotowane 200g Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 223g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier	Zupa krem z selera 309g Składniki: Ziemniaki, średnio, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u> , Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała Polędwiczki w sosie koperkowym 130g Składniki: Wieprzowina, polędwica surowa, Koper ogrodowy, Olej rzepakowy Kasza kuskus gotowana 150g Cukinia duszona z natką pietruszki 155g Składniki: Cukinia, Pietruszka, liście (natka pietruszki) Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 223g Składniki: Woda, Mieszanka owocowa, mrożona, Cukier

	poniedziałek 2026-08-31	wtorek 2026-09-01	środa 2026-09-02	czwartek 2026-09-03	piątek 2026-09-04	sobota 2026-09-05	niedziela 2026-09-06
Kolacja	Kanapki z serem białym 158g Składniki: <u>Chleb bałtonowski</u> (<u>mleko,jaja,orzeshki ziemne,orzechy</u>), <u>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty</u> (<u>mleko</u>). Dżem wiśniowy, niskosłodzony, <u>Masło ekstra</u> (<u>mleko</u>) Salata 10g Ogórek świeży (długi) 80g Wędlina drobiowa z piersi kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, gorczyca</u>)	Twarożek z orzechami włoskimi 113g Składniki: <u>Ser twarogowy (twaróg) chudy</u> (<u>mleko</u>), <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu</u> (<u>mleko</u>), Miód pszczeli, <u>Orzechy włoskie (orzechy)</u>, Cynamon w proszku Kanapki z wędliną i pomidorkami 203g Składniki: Pomidory koktajlowe, <u>Chleb bałtonowski</u> (<u>mleko,jaja,orzeshki ziemne,orzechy</u>), Szynka wieprzowa, gotowana, Salata, <u>Masło ekstra</u> (<u>mleko</u>)	Pasta jajeczna z makrelą i szczypiorkiem 142g Składniki: <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Makrela, wędzona (ryby)</u>, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu</u> (<u>mleko</u>), <u>Majonez z olejem rzepakowym (jaja)</u>, Pieprz czarny Kanapki z wędliną i ogórkiem 180g Składniki: Ogórek świeży (długi), <u>Chleb bałtonowski</u> (<u>mleko,jaja,orzeshki ziemne,orzechy</u>), <u>Wędlina drobiowa z piersi kurczaka</u> (<u>gorczyca,gluten,mleko,soja</u>), Salata Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>)	Kanapki z serem białym i dżemem 278g Składniki: Pomidory koktajlowe, <u>Chleb bałtonowski</u> (<u>mleko,jaja,orzeshki ziemne,orzechy</u>), <u>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty</u> (<u>mleko</u>), <u>Wędlina wieprzowa z poledwicy</u> (<u>gluten,mleko,jaja,soja,gorczyca,seler</u>), Dżem wiśniowy, niskosłodzony, Salata, <u>Masło ekstra</u> (<u>mleko</u>)	Zupa mleczna z ryżem, jabłkiem i cynamonem 431g Składniki: <u>Mleko bez laktozy, 1.5% tłuszczu</u> (<u>mleko</u>), Jabłko, Ryż biały, gotowany, Cynamon w proszku Kanapki z serem żółtym 180g Składniki: Ogórek świeży (długi), <u>Chleb bałtonowski</u> (<u>mleko,jaja,orzeshki ziemne,orzechy</u>), <u>Ser żółty</u> (<u>mleko</u>), Roszponka	Twarożek z przyprawami 109g Składniki: <u>Ser twarogowy (twaróg) chudy</u> (<u>mleko</u>), <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu</u> (<u>mleko</u>), Koper ogrodowy, Bazylia, suszona, Pieprz czarny, Pomidory suszone w proszku, Ziola prowansalskie Kanapki z wędliną i pomidorkami 188g Składniki: Pomidory koktajlowe, <u>Chleb bałtonowski</u> (<u>mleko,jaja,orzeshki ziemne,orzechy</u>), <u>Szynka parzona</u> (<u>gluten,mleko,soja,seler</u>), Salata, <u>Masło ekstra</u> (<u>mleko</u>)	Serek wiejski z brzoskwinią 170g Składniki: <u>Serek wiejski naturalny</u> (<u>mleko</u>), Brzoskwinia w syropie Kanapki z wędliną i pomidorkami 188g Składniki: Pomidory koktajlowe, <u>Chleb bałtonowski</u> (<u>mleko,jaja,orzeshki ziemne,orzechy</u>), <u>Wędlina drobiowa z piersi kurczaka</u> (<u>gorczyca,gluten,mleko,soja</u>), Salata, <u>Masło ekstra</u> (<u>mleko</u>)

	poniedziałek 2026-08-31	wtorek 2026-09-01	środa 2026-09-02	czwartek 2026-09-03	piątek 2026-09-04	sobota 2026-09-05	niedziela 2026-09-06
Śniadanie	Parówki z indyka z kanapkami 278g Składniki: <u>Parówki</u> <u>Filetki z indyka</u> (<u>mleko</u>, <u>soja</u>, <u>gorczyca</u>, <u>seler</u>), <u>Pomidory</u> <u>koktajlowe</u>, <u>Chleb wiejski</u> (<u>mleko</u>, <u>jaja</u>, <u>soja</u>, <u>orzechy</u>, <u>sezam</u>), <u>Musztarda</u> (<u>siarka</u>, <u>gorczyca</u>), <u>Ser żółty</u> (<u>mleko</u>), <u>Salata</u>, <u>Masło ekstra</u> (<u>mleko</u>) Rzodkiewka 45g	Jaja gotowane na twardo i kanapki 350g Składniki: <u>Jaja kurze całe</u>, <u>gotowane</u> (<u>jaja</u>), <u>Chleb wiejski</u> (<u>mleko</u>, <u>jaja</u>, <u>soja</u>, <u>orzechy</u>, <u>sezam</u>), <u>Salata lodowa</u>, <u>Papryka czerwona</u>, <u>Wędlina drobiowa z piersi kurczaka</u> (<u>gorczyca</u>, <u>gluten</u>, <u>mleko</u>, <u>soja</u>), <u>Majonez Horeca</u> (<u>jaja</u>, <u>gorczyca</u>) Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży (długi) 80g	Zupa mleczna z ryżem 350g Składniki: <u>Mleko bez laktozy</u>, <u>1,5% tłuszczu</u> (<u>mleko</u>), Ryż paraboliczny ugotowany <u>Chleb wiejski</u> 70g (<u>jaja</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u>, <u>orzechy</u>, <u>sezam</u>) Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>) Salata 10g Ogórek świeży (długi) 80g Wędlina wieprzowa z polędwicy 30g (<u>gluten</u>, <u>jaja</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u>, <u>seler</u>, <u>gorczyca</u>) Papryka czerwona 50g	Kanapki z mozzarellą wędzoną i pomidorem 288g Składniki: <u>Pomidor</u>, <u>Chleb wiejski</u> (<u>mleko</u>, <u>jaja</u>, <u>soja</u>, <u>orzechy</u>, <u>sezam</u>), <u>Salata lodowa</u>, <u>Mozzarella wędzona</u> (<u>mleko</u>) (<u>Mleko</u> <u>pasteryzowane</u>, <u>sól</u>, <u>podpuszczka</u>, <u>żywe kultury bakterii</u>), <u>Schab wieprzowy</u> <u>Madej</u> (<u>gluten</u>, <u>soja</u>, <u>gorczyca</u>, <u>seler</u>), <u>Masło ekstra</u> (<u>mleko</u>) Seler naciowy 45g (<u>seler</u>)	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 145g Składniki: <u>Jaja kurze całe</u> (<u>jaja</u>), <u>Jogurt naturalny</u>, <u>2% tłuszczu</u> (<u>mleko</u>), <u>Majonez dekoracyjny</u>, <u>Szczypiorek</u>, <u>Pieprz czarny</u>, <u>Sól biała</u> <u>Chleb wiejski</u> 70g (<u>jaja</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u>, <u>orzechy</u>, <u>sezam</u>) Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>) Pomidory koktajlowe 80g Salata 10g Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 60g (<u>mleko</u>) Rzodkiewka 45g	Owsianka korzenna z orzechami włoskimi 356g Składniki: <u>Mleko bez laktozy</u>, <u>1,5% tłuszczu</u> (<u>mleko</u>), <u>Płatki owsiane</u> (<u>gluten</u>), <u>Orzechy włoskie</u> (<u>orzechy</u>), <u>Cynamon w proszku</u>, <u>Goździki w proszku</u> Kanapki z wędliną, serem twarogowym i rzodkiewką 238g Składniki: <u>Chleb wiejski</u> (<u>mleko</u>, <u>jaja</u>, <u>soja</u>, <u>orzechy</u>, <u>sezam</u>), <u>Ser twarogowy</u> (<u>twaróg</u>) <u>półtłusty</u> (<u>mleko</u>), <u>Rzodkiewka</u>, <u>Wędlina z piersi indyka</u> (<u>gluten</u>, <u>mleko</u>, <u>jaja</u>, <u>soja</u>, <u>gorczyca</u>, <u>seler</u>), <u>Salata</u>, <u>Masło ekstra</u> (<u>mleko</u>) Pomidory koktajlowe 80g	Kanapki z wędliną i ogórkiem 273g Składniki: <u>Ogórek świeży</u> (długi), <u>Chleb wiejski</u> (<u>mleko</u>, <u>jaja</u>, <u>soja</u>, <u>orzechy</u>, <u>sezam</u>), <u>Salata lodowa</u>, <u>Wędlina wieprzowa z polędwicy</u> (<u>gluten</u>, <u>mleko</u>, <u>jaja</u>, <u>soja</u>, <u>gorczyca</u>, <u>seler</u>), <u>Masło ekstra</u> (<u>mleko</u>) Papryka czerwona 50g
II Śniadanie	Jabłko 210g Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)	Jabłko 210g	Jogobella bez cukru owocowa 150g (<u>mleko</u>)	Serek wiejski wysokobiałkowy 200g (<u>mleko</u>) Nektarynka 120g	Kefir, 1,5% tłuszczu 320g (<u>mleko</u>) Jabłko 210g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (<u>mleko</u>)	Orzechy włoskie 25g (<u>orzechy</u>) Banan 130g
Obiad	Zupa krupnik 330g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna świeża</u> (<u>seler</u>), <u>Ziemniaki</u>, średnio, <u>Kasza jęczmienna</u>, <u>perłowa</u> (<u>gluten</u>), <u>Olej rzepakowy</u>, <u>Pietruszka</u>, liście (natka pietruszki), <u>Liście laurowe</u>, suszone, <u>Ziele angielskie całe</u> Lekkostrawny schab duszony w lekkim sosie 290g Składniki: <u>Wieprzowina</u>, <u>schab surowy</u> bez kości, Woda, <u>Skrobia ziemniaczana</u>, <u>Sos sojowy</u> o obniżonej zawartości soli, <u>Majeranek suszony</u>, <u>Tymianek suszony</u> Surówka z marchewki i jabłka na oleju 190g Składniki: <u>Marchew</u>, <u>Jabłko</u>, <u>Olej rzepakowy</u> <u>Ziemniaki</u>, gotowane 200g Woda 240g Cytryna 12g	Zupa szczawiowa 249g Składniki: <u>Włoszczyzna świeża</u> (<u>seler</u>), <u>Szczaw</u>, <u>Ziemniaki</u>, średnio, <u>Cebula</u>, <u>Mleko spożywcze</u>, <u>2% tłuszczu</u> (<u>mleko</u>), <u>Jaja kurze całe</u> (<u>jaja</u>), <u>Olej rzepakowy</u>, <u>Koper ogrodowy</u>, <u>Liście laurowe</u>, suszone, <u>Ziele angielskie całe</u> Kotlet mielony z papryką i selerem naciowym w sosie bulionowym 174g Składniki: <u>Podudzie z kurczaka ze skórą</u> (bez kości), <u>Papryka czerwona</u>, <u>Seler naciowy</u> (<u>seler</u>), <u>Jaja kurze całe</u> (<u>jaja</u>), <u>Bułka pszenna zwykła</u> (<u>gluten</u>), <u>Bulion warzywny w słoiku</u> (przed przygotowaniem), <u>Papryka w proszku</u>, <u>Pieprz czarny</u>, <u>Sól biała</u> Surówka z sałaty lodowej, cebuli czerwonej, marchewki i korniszonów 192g Składniki: <u>Salata lodowa</u>, <u>Cebula czerwona</u>, <u>Ogórki konserwowe</u> (<u>siarka</u>, <u>gorczyca</u>), <u>Marchew</u>, <u>Olej rzepakowy</u> Ryż paraboliczny ugotowany 150g Woda 240g Cytryna 12g	Zupa warzywna z cukinią 420g Składniki: Woda, <u>Cukinia</u>, <u>Włoszczyzna świeża</u> (<u>seler</u>), <u>Ziemniaki</u>, średnio, <u>Olej rzepakowy</u>, <u>Pietruszka</u>, liście (natka pietruszki), <u>Liście laurowe</u>, suszone, <u>Ziele angielskie całe</u> Udko z kurczaka pieczone w przyprawach 186g Składniki: <u>Podudzie z kurczaka ze skórą</u> (bez kości), <u>Czosnek</u>, <u>Olej rzepakowy</u>, <u>Majeranek suszony</u>, <u>Papryka w proszku</u> Surówka z kapusty pekińskiej z rzodkiewką 168g Składniki: <u>Kapusta pekińska</u>, <u>Ogórek świeży</u> (długi), <u>Rzodkiewka</u>, <u>Sok z cytryny</u>, <u>Szczypiorek</u>, <u>Olej rzepakowy</u> <u>Ziemniaki</u>, gotowane 200g Woda 240g Cytryna 12g	Zupa pomidorowa 380g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna świeża</u> (<u>seler</u>), <u>Pomidory bez skóry</u> w puszcze lub kartoniku, <u>Ryż basmati</u>, <u>Olej rzepakowy</u>, <u>Koncentrat pomidorowy</u>, 30%, <u>Pietruszka</u>, liście (natka pietruszki) Kotlet mielony (żywienie zbiorowe) 176g Składniki: <u>Wieprzowina</u>, <u>łopatka</u>, <u>Jaja kurze całe</u> (<u>jaja</u>), <u>Cebula</u>, <u>Pieprz czarny</u>, <u>Sól biała</u> Surówka z buraczków 156g Składniki: <u>Buraki</u>, gotowane, <u>Cebula</u>, <u>Cytryna</u>, <u>Olej rzepakowy</u> <u>Kasza gryczana</u>, gotowana 150g Woda 240g Cytryna 12g	Zupa ogórkowa z ziemniakami (żywienie zbiorowe) 234g Składniki: <u>Ogórek kiszony</u>, <u>Włoszczyzna świeża</u> (<u>seler</u>), <u>Ziemniaki</u>, średnio, <u>Mleko spożywcze</u>, <u>2% tłuszczu</u> (<u>mleko</u>), <u>Koper ogrodowy</u>, <u>Olej rzepakowy</u>, <u>Sól biała</u>, <u>Liście laurowe</u>, suszone, <u>Ziele angielskie całe</u> Mintaj w brokułowym sosie 266g Składniki: <u>Mintaj</u>, <u>filet bez skóry</u>, <u>świeży</u>, <u>Brokuły</u>, <u>Serek śmietankowy naturalny</u> (<u>mleko</u>), <u>Czosnek</u> Fasolka szparagowa duszona na parze 200g Składniki: <u>Fasolka szparagowa</u>, mrożona <u>Ziemniaki</u>, gotowane 200g Woda 240g Cytryna 12g	Zupa z zielonych warzyw 296g Składniki: <u>Włoszczyzna świeża</u> (<u>seler</u>), <u>Groszek zielony</u>, mrożony, <u>Seler naciowy</u> (<u>seler</u>), <u>Brukselka</u>, <u>Marchew</u>, <u>Ziemniaki</u>, średnio, <u>Mleko spożywcze</u>, <u>2% tłuszczu</u> (<u>mleko</u>), <u>Pietruszka</u>, <u>korzeń</u>, <u>Olej rzepakowy</u>, <u>Por</u> Potrawka z indyka z warzywami w sosie pomidorowym 399g Składniki: <u>Mieszanina warzywna włoska</u>, mrożona, <u>Pomidory bez skóry</u> w puszcze lub kartoniku, <u>Mięso z udźca indyka</u>, bez skóry, <u>Pietruszka</u>, liście (natka pietruszki), <u>Olej rzepakowy</u>, <u>Czosnek</u>, <u>Sól biała</u> <u>Ogórek kiszony</u> 100g <u>Ziemniaki</u>, gotowane 200g Woda 240g Cytryna 12g	Zupa pieczarkowa 464g Składniki: Woda, <u>Pieczarki</u>, <u>świeże</u>, <u>Włoszczyzna świeża</u> (<u>seler</u>), <u>Ziemniaki</u>, średnio, <u>Mleko spożywcze</u>, <u>2% tłuszczu</u> (<u>mleko</u>), <u>Pietruszka</u>, liście (natka pietruszki), <u>Cebula</u>, <u>Olej rzepakowy</u> Polędwiczki w sosie paprykowym 301g Składniki: <u>Wieprzowina</u>, <u>polędwica surowa</u>, <u>Pomidory krojone</u> w puszcze lub kartoniku, <u>Papryka czerwona</u>, <u>Cebula</u>, <u>Koncentrat pomidorowy</u>, 30%, <u>Olej rzepakowy</u>, <u>Pietruszka</u>, liście (natka pietruszki), <u>Papryka w proszku</u> Surówka z białej kapusty 178g Składniki: <u>Kapusta biała</u>, <u>Ogórek świeży</u> (długi), <u>Olej rzepakowy</u>, <u>Sok z cytryny</u>, <u>Koper ogrodowy</u> <u>Kasza bulgur</u>, gotowana 150g (<u>gluten</u>) Woda 240g Cytryna 12g

	poniedziałek 2026-08-31	wtorek 2026-09-01	środa 2026-09-02	czwartek 2026-09-03	piątek 2026-09-04	sobota 2026-09-05	niedziela 2026-09-06
Kolacja	Pasztet drobiowy domowy 76g Składniki: Udo z kurczaka, ze skórą i kością, Wieprzowina, podgardle, <u>Bułka tarta (gluten)</u>, <u>Śliwki bez pestek, suszone (siarka)</u>, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> Chleb wiejski 70g (<u>jaja</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u>, <u>orzechy</u>, <u>sezam</u>) Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>) Wędlina drobiowa z piersi kurczaka 15g (<u>gluten</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u>, <u>gorczyca</u>) Ogórek kiszony 100g Sałata lodowa 70g Ćwikła z chrzanem 20g Pomidory koktajlowe 80g	Twarożek z orzechami włoskimi 101g Składniki: <u>Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko)</u>, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Orzechy włoskie (orzechy)</u>, Cynamon w proszku Kanapki z wędliną i pomidorkami 198g Składniki: Pomidory koktajlowe, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u>, Szynka wieprzowa, gotowana, Sałata, <u>Masło ekstra (mleko)</u> Ogórek świeży (długi) 80g	Pasta jajeczna z makrelą i szczypiorkiem 142g Składniki: <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Makrela, wędzona (ryby)</u>, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Majonez dekoracyjny, Pieprz czarny Kanapki z wędliną i ogórkiem 190g Składniki: Ogórek świeży (długi), <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u>, <u>Wędlina drobiowa z piersi kurczaka (gorczyca,gluten,mleko,soja)</u>, Sałata Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>) Pomidory koktajlowe 80g	Salatka z fetą 273g Składniki: Ogórek świeży (długi), Pomidor, Sałata lodowa, <u>Ser typu Feta (mleko)</u>, Oliwki czarne, w zalewie, <u>Musztarda (siarka,gorczyca)</u>, Olej rzepakowy, Sok z cytryny Kanapki z wędliną 102g Składniki: <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u>, Schab wędzony dymem czereśniowym, <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Pasta z ciecierzycy z koperkiem 58g Składniki: Ciecioraka surowa (ciecierzyca), Cebula, Koper ogrodowy, Olej rzepakowy, Czarnuszka, Słonecznik nasiona, prażone na sucho, Papryka w proszku, Sól jodowana Kanapki z serem żółtym 190g Składniki: Ogórek świeży (długi), <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u>, <u>Ser żółty (mleko)</u>, Roszponka Rzodkiewka 45g	Twarożek z przyprawami 107g Składniki: <u>Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko)</u>, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Bazylia, suszona, Czosnek w proszku, Koper suszony, Pieprz czarny, Pomidory suszone w proszku, Sól jodowana, Ziola prowansalskie Kanapki z wędliną i pomidorkami 198g Składniki: Pomidory koktajlowe, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u>, <u>Szynka parzona (gluten,mleko,soja,seler)</u>, Sałata, <u>Masło ekstra (mleko)</u> Papryka czerwona 50g	Serek wiejski z borówkami 185g Składniki: <u>Serek wiejski naturalny (mleko)</u>, Borówka, świeża Kanapki z wędliną i pomidorkami 258g Składniki: Pomidory koktajlowe, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u>, Sałata lodowa, <u>Wędlina drobiowa z piersi kurczaka (gorczyca,gluten,mleko,soja)</u>, <u>Masło ekstra (mleko)</u> Ogórek świeży (długi) 80g

	poniedziałek 2026-08-31	wtorek 2026-09-01	środa 2026-09-02	czwartek 2026-09-03	piątek 2026-09-04	sobota 2026-09-05	niedziela 2026-09-06
Śniadanie	Parówki z indyka z kanapkami 278g Składniki: <u>Parówki Filetki z indyka (mleko,soja,gorczyca,seler)</u>, Pomidory koktajlowe, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u>, <u>Musztarda (siarka,gorczyca)</u>, <u>Ser żółty (mleko)</u>, Salata, <u>Masło ekstra (mleko)</u> Rzodkiewka 45g Wędlina drobiowa z piersi kurczaka 20g (<u>gluten, soja, mleko, gorczyca</u>)	Jaja gotowane na twardo i kanapki 350g Składniki: <u>Jaja kurze całe, gotowane (jaja)</u>, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u>, Salata lodowa, Papryka czerwona, <u>Wędlina drobiowa z piersi kurczaka (gorczyca,gluten,mleko,soja)</u>, <u>Majonez Horeca (jaja,gorczyca)</u> Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>) Ogórek świeży (długi) 80g	Zupa mleczna z ryżem 350g Składniki: <u>Mleko bez laktozy, 1,5% tłuszczu (mleko)</u>, Ryż paraboliczny ugotowany Chleb wiejski 70g (<u>jaja, soja, mleko, orzechy, sezam</u>) Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>) Salata 10g Ogórek świeży (długi) 80g Wędlina wieprzowa z polędwicy 30g (<u>gluten, jaja, soja, mleko, seler, gorczyca</u>) Papryka czerwona 50g	Kanapki z mozzarellą wędzoną i pomidorem 288g Składniki: Pomidor, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u>, Salata lodowa, <u>Mozzarella wędzona (mleko)</u> (Mleko pasteryzowane, sól, podpuszczka, żywe kultury bakterii.), <u>Schab wieprzowy Madej (gluten,soja,gorczyca,seler)</u>, <u>Masło ekstra (mleko)</u> Seler naciowy 45g (<u>seler</u>)	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 145g Składniki: <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Majonez dekoracyjny, Szczypiorek, Pieprz czarny, Sól biała Chleb wiejski 70g (<u>jaja, soja, mleko, orzechy, sezam</u>) Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>) Pomidory koktajlowe 80g Salata 10g Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 60g (<u>mleko</u>) Rzodkiewka 45g	Owsianka korzenna z orzechami włoskimi 356g Składniki: <u>Mleko bez laktozy, 1,5% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Płatki owsiane (gluten)</u>, <u>Orzechy włoskie (orzechy)</u>, Cynamon w proszku, Goździki w proszku Kanapki z wędliną, serem twarogowym i rzodkiewką 238g Składniki: <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u>, <u>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (mleko)</u>, Rzodkiewka, <u>Wędlina z piersi indyka (gluten,mleko,jaja,soja,gorczyca,seler)</u>, Salata, <u>Masło ekstra (mleko)</u> Pomidory koktajlowe 80g	Kanapki z wędliną i ogórkiem 273g Składniki: Ogórek świeży (długi), <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u>, Salata lodowa, <u>Wędlina wieprzowa z polędwicy (gluten,mleko,jaja,soja,gorczyca,seler)</u>, <u>Masło ekstra (mleko)</u> Papryka czerwona 50g
II Śniadanie	Jabłko 210g Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)	Jabłko 210g	Jogobella bez cukru owocowa 150g (<u>mleko</u>)	Serek wiejski wysokobiałkowy 200g (<u>mleko</u>) Nektarynka 120g	Kefir, 1,5% tłuszczu 320g (<u>mleko</u>) Jabłko 210g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g (<u>mleko</u>)	Orzechy włoskie 25g (<u>orzechy</u>) Banan 130g
Obiad	Zupa krupnik 330g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u>, Ziemniaki, średnio, <u>Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</u>, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Lekkostrawny schab duszony w lekkim sosie 290g Składniki: Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Skrobia ziemniaczana, Sos sojowy o obniżonej zawartości soli, Majeranek suszony, Tymianek suszony Surówka z marchewki i jabłka na oleju 190g Składniki: Marchew, Jabłko, Olej rzepakowy Ziemniaki, gotowane 200g Woda 240g Cytryna 12g	Zupa szczawiowa 249g Składniki: <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u>, Szczaw, Ziemniaki, średnio, Cebula, <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Kotlet mielony z papryką i selerem naciowym w sosie bulionowym 174g Składniki: Podudzie z kurczaka ze skórą (bez kości), Papryka czerwona, <u>Seler naciowy (seler)</u>, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Bułka pszenna zwykła (gluten)</u>, Bulion warzywny w słoiku (przed przygotowaniem), Papryka w proszku, Pieprz czarny, Sól biała Surówka z sałaty lodowej, cebuli czerwonej, marchewki i korniszonów 192g Składniki: Salata lodowa, Cebula czerwona, <u>Ogórki konserwowe (siarka,gorczyca)</u>, Marchew, Olej rzepakowy Ryż paraboliczny ugotowany 150g Woda 240g Cytryna 12g	Zupa warzywna z cukinią 420g Składniki: Woda, Cukinia, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u>, Ziemniaki, średnio, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Udko z kurczaka pieczone w przyprawach 186g Składniki: Podudzie z kurczaka ze skórą (bez kości), Czosnek, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Papryka w proszku Surówka z kapusty pekińskiej z rzodkiewką 168g Składniki: Kapusta pekińska, Ogórek świeży (długi), Rzodkiewka, Sok z cytryny, Szczypiorek, Olej rzepakowy Ziemniaki, gotowane 200g Woda 240g Cytryna 12g	Zupa pomidorowa 380g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u>, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Ryż basmati, Olej rzepakowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pietruszka, liście (natka pietruszki) Kotlet mielony (żywienie zbiorowe) 176g Składniki: Wieprzowina, łopatka, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Cebula, Pieprz czarny, Sól biała Surówka z buraczków 156g Składniki: Buraki, gotowane, Cebula, Cytryna, Olej rzepakowy Kasza gryczana, gotowana 150g Woda 240g Cytryna 12g	Zupa ogórkowa z ziemniakami (żywienie zbiorowe) 234g Składniki: Ogórek kiszony, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u>, Ziemniaki, średnio, <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Koper ogrodowy, Olej rzepakowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe Mintaj w brokułowym sosie 266g Składniki: Mintaj, filet bez skóry, świeży, Brokuły, <u>Serek śmietankowy naturalny (mleko)</u>, Czosnek Fasolka szparagowa duszona na parze 200g Składniki: Fasolka szparagowa, mrożona Ziemniaki, gotowane 200g Woda 240g Cytryna 12g	Zupa z zielonych warzyw 296g Składniki: <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u>, Groszek zielony, mrożony, <u>Seler naciowy (seler)</u>, Brukselka, Marchew, Ziemniaki, średnio, <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Por Potrawka z indyka z warzywami w sosie pomidorowym 399g Składniki: Mieszanina warzywna włoska, mrożona, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Czosnek, Sól biała Ogórek kiszony 100g Ziemniaki, gotowane 200g Woda 240g Cytryna 12g	Zupa pieczarkowa 464g Składniki: Woda, Pieczarki, świeże, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u>, Ziemniaki, średnio, <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Cebula, Olej rzepakowy Polędwiczki w sosie paprykowym 301g Składniki: Wieprzowina, polędwica surowa, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Papryka czerwona, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Papryka w proszku Surówka z białej kapusty 178g Składniki: Kapusta biała, Ogórek świeży (długi), Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Koper ogrodowy Kasza bulgur, gotowana 150g (<u>gluten</u>) Woda 240g Cytryna 12g

	poniedziałek 2026-08-31	wtorek 2026-09-01	środa 2026-09-02	czwartek 2026-09-03	piątek 2026-09-04	sobota 2026-09-05	niedziela 2026-09-06
Kolacja	Pasztet drobiowy domowy 76g Składniki: Udo z kurczaka, ze skórą i kością, Wieprzowina, podgardle, <u>Bułka tarta (gluten)</u> , <u>Śliwki bez pestek, suszone (siarka)</u> , <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> Chleb wiejski 70g (<u>jaja</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>orzechy</u> , <u>sezam</u>) Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>) Wędlina drobiowa z piersi kurczaka 15g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>gorczyca</u>) Ogórek kiszony 100g Salata lodowa 70g Ćwikła z chrzanem 20g Pomidory koktajlowe 80g	Twarożek z orzechami włoskimi 101g Składniki: <u>Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko)</u> , <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , <u>Orzechy włoskie (orzechy)</u> , Cynamon w proszku Kanapki z wędliną i pomidorkami 198g Składniki: Pomidory koktajlowe, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u> , Szynka wieprzowa, gotowana, Salata, <u>Masło ekstra (mleko)</u> Ogórek świeży (długi) 80g	Pasta jajeczna z makrelą i szczypiorkiem 142g Składniki: <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Makrela, wędzona (ryby)</u> , <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Majonez dekoracyjny, Pieprz czarny Kanapki z wędliną i ogórkiem 190g Składniki: Ogórek świeży (długi), <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u> , <u>Wędlina drobiowa z piersi kurczaka (gorczyca,gluten,mleko,soja)</u> , Salata Masło ekstra 8g (<u>mleko</u>) Pomidory koktajlowe 80g	Salatka z fetą 273g Składniki: Ogórek świeży (długi), Pomidor, Salata lodowa, <u>Ser typu Feta (mleko)</u> , Oliwki czarne, w zalewie, <u>Musztarda (siarka,gorczyca)</u> , Olej rzepakowy, Sok z cytryny Kanapki z wędliną 102g Składniki: <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u> , Schab wędzony dymem czereśniowym, <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Pasta z ciecierzycy z koperkiem 58g Składniki: Cieciora surowa (ciecierzyca), Cebula, Koper ogrodowy, Olej rzepakowy, Czarnuszka, Słonecznik nasiona, prażone na sucho, Papryka w proszku, Sól jodowana Kanapki z serem żółtym 190g Składniki: Ogórek świeży (długi), <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u> , <u>Ser żółty (mleko)</u> , Roszponka Rzodkiewka 45g	Twarożek z przyprawami 107g Składniki: <u>Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko)</u> , <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Bazylia, suszona, Czosnek w proszku, Koper suszony, Pieprz czarny, Pomidory suszone w proszku, Sól jodowana, Ziola prowansalskie Kanapki z wędliną i pomidorkami 198g Składniki: Pomidory koktajlowe, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u> , <u>Szynka parzona (gluten,mleko,soja,seler)</u> , Salata, <u>Masło ekstra (mleko)</u> Papryka czerwona 50g	Serek wiejski z borówkami 185g Składniki: <u>Serek wiejski naturalny (mleko)</u> , Borówka, świeża Kanapki z wędliną i pomidorkami 258g Składniki: Pomidory koktajlowe, <u>Chleb wiejski (mleko,jaja,soja,orzechy,sezam)</u> , Salata lodowa, <u>Wędlina drobiowa z piersi kurczaka (gorczyca,gluten,mleko,soja)</u> , <u>Masło ekstra (mleko)</u> Ogórek świeży (długi) 80g
Posiłek nocny- dodatek insulinowy	Chleb wiejski 70g (<u>jaja</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>orzechy</u> , <u>sezam</u>) Schab wieprzowy Madej 30g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>seler</u> , <u>gorczyca</u>) Salata lodowa 35g Pomidory koktajlowe 80g Masło ekstra 5g (<u>mleko</u>)	Chleb wiejski 70g (<u>jaja</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>orzechy</u> , <u>sezam</u>) Wędlina drobiowa z piersi kurczaka 20g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>gorczyca</u>) Salata lodowa 35g Pomidory koktajlowe 80g Masło ekstra 5g (<u>mleko</u>)	Chleb wiejski 70g (<u>jaja</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>orzechy</u> , <u>sezam</u>) Schab wieprzowy Madej 30g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>seler</u> , <u>gorczyca</u>) Salata lodowa 35g Papryka czerwona 55g Masło ekstra 5g (<u>mleko</u>)	Chleb wiejski 70g (<u>jaja</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>orzechy</u> , <u>sezam</u>) Wędlina drobiowa z piersi kurczaka 20g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>gorczyca</u>) Salata lodowa 35g Pomidory koktajlowe 80g Masło ekstra 5g (<u>mleko</u>)	Chleb wiejski 70g (<u>jaja</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>orzechy</u> , <u>sezam</u>) Wędlina drobiowa z piersi kurczaka 20g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>gorczyca</u>) Salata lodowa 35g Ogórek świeży (długi) 45g Masło ekstra 5g (<u>mleko</u>)	Chleb wiejski 70g (<u>jaja</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>orzechy</u> , <u>sezam</u>) Wędlina drobiowa z piersi kurczaka 20g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>gorczyca</u>) Salata lodowa 35g Pomidory koktajlowe 80g Masło ekstra 5g (<u>mleko</u>)	Chleb wiejski 70g (<u>jaja</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>orzechy</u> , <u>sezam</u>) Wędlina drobiowa z piersi kurczaka 20g (<u>gluten</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>gorczyca</u>) Salata lodowa 35g Rzodkiewka 45g Masło ekstra 5g (<u>mleko</u>)