

	poniedziałek 2025-02-10	wtorek 2025-02-11	środa 2025-02-12	czwartek 2025-02-13	piątek 2025-02-14	sobota 2025-02-15	niedziela 2025-02-16
Śniadanie	<p>Napój mleczny kakaowy 150g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Kanapka z masłem, twarogiem i dżemem 130g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Chleb żytni razowy (gluten,mleko,soja), Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko), Dżem jagodowy, niskosłodzony, Masło ekstra (mleko)</p>	<p>Herbata owocowa 200g</p> <p>Kanapka wiosenna z warzywami i szynką drobiową 132g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Pomidor, Chleb żytni razowy (gluten,mleko,soja), Rzodkiewka, Szynka z piersi kurczaka (gluten,mleko,soja,seler), Sałata, Masło ekstra (mleko)</p> <p>Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 200g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko), Płatki ryżowe, błyskawiczne</p>	<p>Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 150g</p> <p>Kanapka z masłem, sałatą, ogórkiem i serem żółtym 190g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Ogórek świeży (długi), Chleb żytni razowy (gluten,mleko,soja), Ser żółty Gouda tłusty (mleko), Masło ekstra (mleko), Sałata</p>	<p>Herbata owocowa 150g</p> <p>Płatki kukurydziane na mleku 200g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (mleko), Płatki kukurydziane</p> <p>Kanapka z jajkiem i warzywami 70g (Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Chleb baltonowski (gluten), Jaja kurze całe, gotowane (jaja), Rzodkiewka, Roszponka, Masło ekstra (mleko)</p>	<p>Herbata owocowa 150g</p> <p>Owsianka (thermomix) 150g (Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Woda, Płatki owsiane (gluten), Miód pszczeli, Sól biała</p> <p>Kanapka z masłem, sałatą, ogórkiem i szynką 105g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne)</p> <p>Chleb żytni razowy (gluten,mleko,soja), Ogórek świeży (długi), Szynka z piersi kurczaka (gluten,mleko,soja,seler), Masło ekstra (mleko), Sałata</p>		

	poniedziałek 2025-02-10	wtorek 2025-02-11	środa 2025-02-12	czwartek 2025-02-13	piątek 2025-02-14	sobota 2025-02-15	niedziela 2025-02-16
Obiad	<p>Kompot z truskawek 150g Woda, Truskawki, Cukier</p> <p>Surówka z buraków (żywienie zbiorowe) 80g Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Sól biała, Pieprz czarny</p> <p>Potrawka z kurczaka z marchewką, zielonym groszkiem i ryżem (thermomix) 252g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne) Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Marchew, Ryż basmati, Groszek zielony, mrożony, <u>Śmietana, 30% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Masło ekstra (mleko)</u>, Sól biała, Pietruszka, liście (natka pietruszki), <u>Koncentrat bulionu drobiowego (thermomix) (produkt) (seler)</u>, Sok z cytryny, Pieprz czarny, Liście laurowe, suszone</p> <p>Zupa jarzynowa 250g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne) Woda, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u>, Mięso z ud kurczaka, ze skórą, Ziemniaki, średnio, <u>Śmietana, 18% tłuszczu (mleko)</u>, Kalafior, mrożony, Brokuły, mrożone, Fasolka szparagowa, mrożona, Przyprawa "Jarzynka", Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 150g Woda 150g</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem (żywienie zbiorowe) 250g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne) Kości, wywar, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u>, Ryż biały, <u>Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu (mleko)</u>, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Sól biała, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone</p> <p>Surówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny 80g (Seler i produkty pochodne) <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Marchew, Cytryna, Olej rzepakowy</p> <p>Kotlet schabowy (żywienie zbiorowe) 80g (Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Wieprzowina, schab surowy bez kości, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Bułka tarta (gluten)</u>, Olej rzepakowy, <u>Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u>, Sól biała, Pieprz czarny</p>	<p>Woda 200g Ziemniaki, gotowane 150g Ziemniaki purée 150g</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty ze śmietaną 79g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Kapusta czerwona, <u>Śmietana, 18% tłuszczu (mleko)</u>, Cukier, Sól biała, Sok z cytryny, Pieprz czarny</p> <p>Zupa krupnik 250g (Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne) Woda, <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u>, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Ziemniaki, średnio, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p> <p>Pulpeciki w aksamitnym sosie dyniowym 120g (Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Mięso mielone z indyka, Bulion warzywny, Dynia, <u>Śmietana 12% do zup i sosów (mleko)</u>, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Cebula, <u>Bułka tarta (gluten)</u>, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u>, Mąka ziemniaczana, Sól biała, Oregano suszone, Pieprz czarny</p>	<p>Woda 150g Ziemniaki purée 150g</p> <p>Zupa brokułowa 250g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne) <u>Włoszczyzna świeża (seler)</u>, Brokuły, Ziemniaki, późne, Kości, wywar, <u>Śmietana, 18% tłuszczu (mleko)</u>, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Przyprawa "Jarzynka", Czosnek, Sól biała</p> <p>Lekkostrawny schab duszony w lekkim sosie 101g (Zboża zawierające gluten, Seler i produkty pochodne) Woda, Wieprzowina, schab surowy bez kości, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u>, <u>Kostka warzywna bez glutamianu sodu (seler)</u>, Majeranek suszony, Tymianek suszony, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p> <p>Marchewka z groszkiem (żywienie zbiorowe) 80g (Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Marchew, Groszek zielony, konserwowy, <u>Masło ekstra (mleko)</u>, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u>, Sól biała, Cukier</p>	<p>Woda 150g Ziemniaki, gotowane 150g</p> <p>Rosół z makaronem (żywienie zbiorowe) 250g (Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Seler i produkty pochodne) Kości, wywar, <u>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler)</u>, <u>Makaron czterojajeczny, gotowany (gluten,jaja)</u>, Pieprz czarny, Kurkuma mielona, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała</p> <p>Pieczona pierś kurczaka w przyprawie gyros 80g Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Przyprawa do gyros</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 80g Kapusta pekińska, Jabłko, Marchew, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sok z cytryny, Oliwa z oliwek</p>		

	poniedziałek 2025-02-10	wtorek 2025-02-11	środa 2025-02-12	czwartek 2025-02-13	piątek 2025-02-14	sobota 2025-02-15	niedziela 2025-02-16
Podwieczorek	Budyń gotowy 150g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Banan 43g	Jogurt owocowy (różne smaki) 100g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Mandarynki 70g	Jabłko 80g Koktajl bananowy 150g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Kefir, 1,5% tłuszczu (mleko), Banan	Serek homogenizowany waniliowy 100g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Gruszka 67g	Jabłko 80g Jogurt z płatkami owsianymi i truskawkami 150g (Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Jogurt naturalny, 0% tłuszczu (mleko), Truskawki, Płatki owsiane (gluten), Ksylitol - cukier brzoźowy		
II śniadanie	Jabłko 160g	Gruszka 34g Biszkopty (ciastka) 10g (Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne)	Jabłko 80g Bułka lub rogal maślany 45g (Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Powidła śliwkowe 10g	Banan 65g Wafle ryżowe 18g	Mandarynki 70g		
Suma	E: 1268.3 B: 63.26, T: 34.64, W: 185.17,	E: 906.22 B: 41.67, T: 22.16, W: 142.17,	E: 1216.42 B: 49.51, T: 35.88, W: 185.18,	E: 1075.73 B: 42.82, T: 30.72, W: 168.56,	E: 811.67 B: 42.42, T: 19.4, W: 126.16,		

	poniedziałek 2025-02-17	wtorek 2025-02-18	środa 2025-02-19	czwartek 2025-02-20	piątek 2025-02-21	sobota 2025-02-22	niedziela 2025-02-23
Śniadanie	<p>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu 170g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Herbata owocowa 150g</p> <p>Płatki kukurydziane z miodem i orzechami, z dodatkiem witamin i żelaza 30g (Orzechy)</p> <p>Kanapka z masłem, sałatą, pomidorem i szynką 154g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne) Chleb bałtonowski (gluten), Szynka z piersi kurczaka (gluten,mleko,soja,seler), Pomidor, Masło ekstra (mleko), Sałata</p>	<p>Herbata owocowa 197g</p> <p>Ogórek świeży (długi) 20g</p> <p>Kanapka z masłem, twarogiem i dżemem 119g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Chleb pszenno-żytni, Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko), Powidła śliwkowe, Masło ekstra (mleko)</p> <p>Kasza manna na mleku 150g (Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (mleko), Kasza manna (gluten), Cukier</p>	<p>Herbata owocowa 150g</p> <p>Zupa mleczna z zacierkami 200g (Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko), Jaja kurze całe (jaja), Mąka pszenna, typ 550 (gluten)</p> <p>Kanapka z jajkiem i warzywami 85g (Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Chleb bałtonowski (gluten), Jaja kurze całe, gotowane (jaja), Rzodkiewka, Roszponka, Masło ekstra (mleko)</p>	<p>Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 150g</p> <p>Parówki z kurczaka 80g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne, Gorczyca i produkty pochodne)</p> <p>Bułka kajzerka 60g (Zboża zawierające gluten)</p> <p>Pomidor 20g</p> <p>Masło ekstra 10g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Kecup (ketchup) 8g</p>	<p>Herbata owocowa 150g</p> <p>Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 200g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (mleko), Otręby ryżowe, Sól biała</p> <p>Kanapka z masłem, sałatą, ogórkiem i serem żółtym 132g (Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Ogórek świeży (długi), Chleb bałtonowski (gluten), Ser żółty Gouda tłusty (mleko), Masło ekstra (mleko), Sałata</p>		

	poniedziałek 2025-02-17	wtorek 2025-02-18	środa 2025-02-19	czwartek 2025-02-20	piątek 2025-02-21	sobota 2025-02-22	niedziela 2025-02-23
Obiad	<p>Woda 200g</p> <p>Makaron z sosem miesno-warzywnym Bolognese 249g (Zboża zawierające gluten) Makaron bezglutenowy (gluten), Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Wieprzowina, łopatka, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Sól biała, Bazylia, suszona, Pieprz czarny, Papryka w proszku</p> <p>Zupa grochowa (żywnie zbiorowe) 250g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne) Kości, wywar, Groch, nasiona suche, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu (mleko), Cukier, Sól biała, Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 250g</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka 80g (Orzechy) Jabłko, Marchew, Orzechy włoskie (orzechy), Pietruszka, liście (natka pietruszki)</p> <p>Kompot z truskawek 150g Woda, Truskawki, Cukier</p> <p>Kurczak pieczony z jabłkami w majeranku 120g Noga (udo) kurczaka, Jabłko, Olej rzepakowy, Czosnek, Majeranek suszony</p> <p>Zupa koperkowa 252g (Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne) Bulion mięsny (seler), Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (mleko), Śmietana, 18% tłuszczu (mleko), Seler korzeniowy (seler), Koper ogrodowy, Pietruszka, korzeń, Mąka pszenna, typ 550 (gluten), Sól biała, Przyprawa "Jarzynka"</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 150g</p> <p>Kotlet mielony (żywnie zbiorowe) 80g (Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne) Wieprzowina, łopatka, Bułka tarta (gluten), Jaja kurze całe (jaja), Cebula, Olej rzepakowy, Sól biała, Pieprz czarny</p> <p>Kompot z jabłek bez cukru 200g Woda, Jabłko</p> <p>Surówka z buraków (żywnie zbiorowe) 80g Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Sól biała, Pieprz czarny</p> <p>Zupa kalafiorowa (żywnie zbiorowe) 250g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne) Kości, wywar, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu (mleko), Cukier, Sól biała, Koper ogrodowy, Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone</p>	<p>Naleśniki żytnie z twarogiem 200g (Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko), Truskawki, mrożone, Mąka żytnia, typ 720 (gluten), Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko), Jaja kurze całe (jaja), Olej rzepakowy</p> <p>Mus truskawkowy 50g Truskawki, mrożone, Cukier</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem (żywnie zbiorowe) IG 250g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), Seler i produkty pochodne) Kości, wywar, Ryż brązowy, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (seler), Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu (mleko), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Sól biała, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>	<p>Kompot z jabłek, z cukrem 150g</p> <p>Ziemniaki purée 150g</p> <p>Surówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny 80g (Seler i produkty pochodne) Seler korzeniowy (seler), Marchew, Cytryna, Olej rzepakowy</p> <p>Pieczony kotlet rybny 80g (Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne, Ryby i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Mintaj, świeży (ryby), Marchew, Jaja kurze całe (jaja), Bułka tarta (gluten), Masło ekstra (mleko), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sok z cytryny</p> <p>Zupa cukiniowa z kaszą jaglaną 250g (Seler i produkty pochodne) Woda, Cukinia, Kostka warzywna bez glutaminianu sodu (seler), Kasza jaglana, Marchew, Cebula, Olej rzepakowy, Czosnek, Kurkuma mielona</p>		
Podwieczorek	<p>Jogurt owocowy (różne smaki) 100g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Jabłko 80g</p>	<p>Gruszka 67g</p> <p>Chlebek bananowy 50g (Zboża zawierające gluten, Jaja i produkty pochodne) Banan, Płatki owsiane (gluten), Jaja kurze całe (jaja), Miód pszczeli, Soda, Cynamon w proszku</p>	<p>Jabłko 80g</p> <p>Kaszka manna z sokiem malinowym 150g (Zboża zawierające gluten, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko), Kaszka manna (gluten), Syrop malinowy, Cukier</p>	<p>Jogurt owocowy (różne smaki) 100g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Banan 65g</p>	<p>Budyń z cukrem o smaku czekoladowym, przygotowany 150g</p> <p>Jabłko 80g</p>		
II śniadanie	<p>Jogurt owocowy (różne smaki) 100g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p> <p>Banan 32g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Kiwi 40g</p> <p>Herbatniki 10g (Zboża zawierające gluten, Soja i produkty pochodne, Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą))</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Koktajl brzoskwiniowy 150g (Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)) Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu (mleko), Brzoskwinia</p>		
Suma	E: 1497.9 B: 65.81, T: 41.63, W: 224.67,	E: 1267.37 B: 48.22, T: 36.55, W: 196.06,	E: 1081.63 B: 44.31, T: 32.34, W: 160.13,	E: 1150.98 B: 41.35, T: 46.61, W: 147.76,	E: 1084.98 B: 45.04, T: 34.72, W: 165.23,		

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, 10-Gorczyca i produkty pochodne