

**J/12/21 -30/06/2026**

# **JADŁOSPISY OD 21.06.2026 r do 30.06.2026 r**

*Sporządził/ Zatwierdził - Kierownik Działu Żywienia – Małgorzata Kozieł - dnia 17.06. 2026 r*

## **WYKAZ ALERGENÓW I ICH OZNACZENIE NUMERYCZNE**

- 1** - Zboża zawierające gluten pszenney
- 2** - Skorupiaki i pochodne
- 3** - Jaja i pochodne
- 4** - Ryby i pochodne
- 5** - Orzeszki ziemne i pochodne
- 6** - Soja i pochodne
- 7** - Mleko i pochodne wraz z laktozą
- 8** - Orzechy : włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały
- 9** - Seler i pochodne
- 10** - Gorczyca i produkty pochodne
- 11** - Nasiona sezamu i pochodne
- 12** - Dwutlenek siarki/siarczany
- 13** - Łubin i produkty pochodne
- 14** - Mięczaki i pochodne
- 15** - Mleko i pochodne bez laktozy
- 16** - Zboża zawierające gluten żytni
- 17** - Zboża zawierające gluten owsiany
- 18** - Zboża zawierające gluten jęczmienny

|                        |                | (D01) PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                | (D05) ŁATWOSTRAWNA<br>z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                         | (D11) PAKOWATA                                                                                                                                                                                                                               | (D15) Cukrzycowo-wątrobowa                                                                                                                                                                                                                  | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 4 posiłkowa)                                                                                                                                                                                              | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 6 posiłkowa)                                                                                                                                                                                           |
|------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 21.06.2026r. NIEDZIELA | Śniadanie      | Kakao z mlekiem 250ml <u>(1,7,16,18)</u> ,<br>masło 20g <u>7</u> , chleb pszenno –żytni 65g<br><u>(1,18)</u> , bułka grahamka 50g ( <u>1,16</u> )<br>szynka got. 50g <u>6</u> , rukola 5g, sałatka<br>jesienna 80g <u>(7,9)</u> jogurt owocowy<br>150g <u>7</u> | Kawa z mlekiem 250ml <u>(1, 7,<br/>16, 18)</u> ,masło 20g <u>7</u> , chleb<br>50g <u>(1,18)</u> , bułki 50g <u>1</u> , szynka<br>got.50g <u>6</u> , rukola 5g,sos<br>warzywny z jog.70g <u>(7,9)</u> ,<br>jogurt owocowy 150g <u>7</u> | Herbata 250ml,masło 20g <u>7</u> ,<br>chleb 50g <u>(1,18)</u> , bułki 50g <u>1</u> ,<br>grysik na mleku 400ml <u>(1,7)</u> ,<br>szynka got. 50g <u>6</u> , rukola 5g,sos<br>warzywny z jog.70g <u>(7,9)</u> ,jogurt<br>owocowy 150g <u>7</u> | Kawa z mlekiem b/c 250ml <u>(1, 7,<br/>16, 18)</u> , masło 20g <u>7</u> , chleb 65g<br><u>(1,18)</u> , bułka grahamka 50g<br><u>(1,16)</u> , szynka got 50g <u>6</u> , rukola<br>5g, sos warzywny z jog.70g <u>(7,9)</u> ,<br>renkloda 1szt | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml <u>(1, 7,<br/>16, 18)</u> , masło 20g <u>7</u> , chleb 65g <u>(1,18)</u> ,<br>bułka grahamka 50g <u>(1,16)</u> , szynka<br>got. 50g <u>6</u> , rukola 5g, sałatka jesienna<br>z jog. 80g <u>7</u> ,renkloda 1szt                             | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml <u>(1,7,16,18)</u> ,<br>masło 20g <u>7</u> , chleb 65g <u>(1,18)</u> , bułka<br>grahamka 50g <u>(1,16)</u> , szynka got.50g <u>6</u> ,<br>rukola 5g,salátka jesienna z jog.80g <u>7</u> ,<br>renkloda 1szt                                |
|                        | II śni         |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                           | Herbata b/ c , graham 70g <u>(1,16)</u> ,masło 10g<br><u>7</u> , ogórek świeży 30g                                                                                                                                                                                     |
|                        | Obiad          | Brokułowa -krem z gr ptysiovym<br>400ml <u>(1,7,3)</u> , gulasz wieprz.80g , <u>1</u><br>sos naturalny 100ml <u>(1,7)</u> ,ziem.200g<br><u>7</u> , sałatka z kapusty czerwonej z<br>sosem winegret 150g, kompot z<br>mieszanek owocowej 250ml                   | Selerowa -krem z grz.400ml <u>(1,<br/>7,9)</u> , pierś z kurczaka piecz w<br>jarz 80g, sos pietruszkowy<br>70ml <u>(1,7)</u> ,ziem 200g <u>7</u> , marchewka<br>got.180g <u>(1,7)</u> kompot z<br>mieszanek owocowej 250ml             | Selerowa -krem z grz.400ml <u>(1, 7,<br/>9)</u> , pierś z kurczaka piecz.w<br>jarz.80g, sos pietruszkowy 70ml<br><u>(1,7)</u> ,ziem 200g <u>7</u> , marchewka<br>got.180g <u>(1,7)</u> kompot z<br>mieszanek owocowej 250ml                  | Selerowa -krem z grz.400ml <u>(1, 7,<br/>9)</u> , pierś z kurczaka piecz. w jarz.<br>80g, sos pietruszkowy 70ml <u>(1,7)</u> ,<br>ziem.200g <u>7</u> , marchewka got<br>180g <u>(1,7)</u> , kompot z mieszanek<br>owocowej b/c 250ml        | Selerowa -krem z grz.400ml <u>(1,7,9)</u> ,<br>pierś z kurczaka piecz. w jarz. 80g, sos<br>pietruszkowy 70ml <u>(1,7)</u> ,ziem.200g <u>7</u> ,<br>marchewka got 180g <u>(1,7)</u> ,sał.z<br>kapusty czerwonej z olejem 100g,<br>kompot z mieszanek owocowej b/c<br>250ml | Selerowa -krem z grz.400ml <u>(1,7,9)</u> , pierś z<br>kurczaka piecz. w jarz. 80g, sos<br>pietruszkowy 70ml <u>(1,7)</u> ,ziem.200g <u>7</u> ,<br>marchewka got 180g <u>(1,7)</u> ,sał.z kapusty<br>czerwonej z olejem 100g, kompot z<br>mieszanek owocowej b/c 250ml |
|                        | PD             |                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                           | Herbata b/c , masło10g <u>7</u> ,graham 70g<br><u>(1,16)</u> , wędlina drobiowa 30g <u>6</u>                                                                                                                                                                           |
|                        | Kolacja        | Herbata 250ml,masło 20g <u>7</u> ,chleb<br>pszenno –żytni 65g <u>(1,18)</u> , bułka<br>grahamka 50g <u>(1,16)</u> pasztet<br>wieprzowy zap. 50g <u>(1,3,7,6)</u> , sałata<br>zielona 20g, rzodkiewka 30g                                                        | Herbata 250ml,masło 20g <u>7</u> ,<br>chleb 50g <u>(1,18)</u> ,bułki 50g <u>1</u> ,<br>szynka z indyka 50g <u>6</u> , sałata<br>zielona 20g, ketchup<br>jarzynowy 40g <u>9</u>                                                         | Herbata 250ml,masło 20g <u>7</u> ,<br>chleb 50g <u>(1,18)</u> ,bułki 50g <u>1</u> ,<br>grysik na mleku 400ml <u>(1,7)</u> ,<br>szynka z indyka 50g <u>6</u> , sałata<br>zielona 20g, ketchup jarzynowy<br>40g <u>9</u>                       | Herbata 250ml , masło 20g <u>7</u> ,<br>chleb 65g. ( <u>1,18</u> ), bułka<br>grahamka 50g <u>(1,16)</u> ,szynka z<br>indyka 50g <u>6</u> , sałata zielona 20g,<br>ketchup jarzynowy 40g <u>9</u>                                            | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g <u>7</u> ,<br>chleb pszenno –żytni 65g <u>(1,18)</u> , bułka<br>grahamka 50g <u>(1,16)</u> , szynka z indyka<br>50g <u>6</u> , ketchup jarzynowy 40g <u>9</u> ,<br>rzodkiewka 30g                                                        | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g <u>7</u> ,chleb<br>pszenno –żytni 65g <u>(1,18)</u> , bułka grahamka<br>50g <u>(1,16)</u> , szynka z indyka 50g <u>6</u> , ketchup<br>jarzynowy 40g <u>9</u> , rzodkiewka 30g                                                         |
|                        | PN             | Serek ziarnisty 150g <u>7</u>                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                        | Serek ziarnisty 150g <u>7</u>                                                                                                                                                                                                                | Serek ziarnisty 150g <u>7</u>                                                                                                                                                                                                               | Serek ziarnisty 150g <u>7</u>                                                                                                                                                                                                                                             | Serek ziarnisty 150g <u>7</u>                                                                                                                                                                                                                                          |
|                        | Wart. odżywcza | E kcal-2583.20<br>B -123.20<br>T -111.30<br>Kw tł. nas –46.10<br>W -293.20<br>W tym cukry -53<br>Bł -43.10<br>Sól – 7.20                                                                                                                                        | E kcal-2326<br>B -132.60<br>T -65.50<br>Kw tł. nas –36.40<br>W -315<br>W tym cukry -70.80<br>Bł -33.70<br>Sól – 7                                                                                                                      | E kcal-2891.80<br>B -161.60<br>T -80.40<br>Kw tł. nas –44.90<br>W -44.90<br>W tym cukry -105.20<br>Bł -35.20<br>Sól – 7.80                                                                                                                   | E kcal-2100<br>B -87<br>T -60.10<br>Kw tł. nas – 33.40<br>W -250.50<br>W tym cukry -40.20<br>Bł -27<br>Sól – 8,10                                                                                                                           | E kcal-2020.20<br>B -97.70<br>T -62.20<br>Kw tł. nas –34.50<br>W -274.50<br>W tym cukry -44.90<br>Bł -30.80<br>Sól – 8.90                                                                                                                                                 | E kcal-2520.90<br>B -115.30<br>T -86<br>Kw tł. nas –47.40<br>W -338.90<br>W tym cukry -45.80<br>Bł -39.20<br>Sól – 10.60                                                                                                                                               |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na pierwszej stronie dokumentu

| (D01) PODSTAWOWA           |                | (D05) ŁATWOSTRAWNA<br>z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                | (D11) PĄPKOWATA                                                                                                                                                | (D15) Cukrzycowo-wątrobową                                                                                                                                                   | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 4 posiłkowa)                                                                                                          | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 6 posiłkowa)                                                                                                                               |                                                                                                                                                                              |
|----------------------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 22.06. 2026 r PONIEDZIAŁEK | Śniadanie      | Kawa z mlekiem 250ml (1,7,16,18),<br>masło 20g7, chleb pszenno –żytni 65g<br>(1,18), bułka grahamka 50g (1,16) ,<br>serek fromage 80g(7, 1, 6, 4, 2, 9, 10),<br>sardynki w oleju 80g 4. ogórek świeży<br>50g,                 | Herbata 250ml,masło 20g 7,<br>chleb 50g(1,18), bułki 50g 1,<br>płatki owsiane na mleku<br>350ml (7,17), ser homog nat<br>70g 7,powidło 50g, sok Kubuś<br>300ml | Herbata 250ml,masło 20g 7,<br>chleb 50g (1,18), bułki 50g 1,<br>grysik na mleku 400ml (1,7), ser<br>homog nat 70g 7,powidło 50g,<br>sok Kubuś 300ml                          | Kawa z mlekiem b/c 250ml (1, 7,<br>16, 18), masło 20g 7, chleb 65g<br>(1,18) , bułka grahamka 50g( 1,16),<br>wędlina drobiowa 50g 6, ser<br>homog.150g 7, barszczyk czerwony<br>300ml | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml,<br>(1,7,16,18) masło 20g 7, chleb 65g<br>(1,18), bułka grahamka 50g (1,16) ,<br>serek fromage 80g (7,1,6,4,2,9,10)<br>70g, sardynki w oleju 80g 4,ogórek<br>świeży 50g       |                                                                                                                                                                              |
|                            | II śni         |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                            | Barszczyk czerwony 300ml                                                                                                                                                     |
|                            | Obiad          | Żurek z ziem i białą kielbasą ( 70g)<br>400ml (1,7,9), jajko got 120g 3 ,sos<br>chrzanowy 100ml (1,7) ziem 200g 7,<br>sałatka z pomidora b/s ze szczyp.<br>150g, kalafior świeży got. 150g (1,7),<br>kompot z porzeczek 250ml | Żurek z ziem.400ml (1,7) ,<br>pierogi leniwe 350g (1,3,7),jabłko<br>pieczone 150g, kompot z<br>porzeczek 250ml                                                 | Żurek z ziem.400ml (1,7) , pierogi<br>leniwe 350g (1,3,7),jabłko<br>pieczone 150g, kompot z<br>porzeczek 250ml                                                               | Żurek z ziem.400ml (1,7) , pierogi<br>leniwe 350g (1,3,7),jabłko pieczone<br>150g, kompot z porzeczek 250ml                                                                           | Żurek z ziem.400ml (1,7),jajko got 120g 3,<br>sos koperkowy 100ml (1,7),ziem 200g 7,<br>sałatka z pomidora b/s ze szczyp. 150g,<br>kalafior świeży got. 150g ( 1,7), kompot z<br>porzeczek b/c 250ml,<br>, |                                                                                                                                                                              |
|                            | PD             |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                            | Surówka z marchewki i selera i jabłka z<br>jog..150g (7,9)                                                                                                                   |
|                            | Kolacja        | Herbata 250ml,masło 20g7,chleb<br>pszenno –żytni 65g (1,18),bułka<br>grahamka 50g (1,16) kielbasa<br>krakowska 50g 6,szpinak listki 5g,<br>papryka 50g                                                                        | Herbata 250ml,masło 20g7,<br>chleb 50g(1,18),bułki 50g 1,<br>pasta z piersi kurczaka i jarzyn<br>50g, szpinak listki 5g, pomidor<br>b/s 50g                    | Herbata 250ml,masło 20g7,<br>chleb 50g (1,18),bułki 50g 1,<br>grysik na mleku 400ml (1,7),<br>pasta z piersi kurczaka i jarzyn<br>50g, szpinak listki 5g, pomidor<br>b/s 50g | Herbata 250ml , masło 20g,7, chleb<br>65g.( 1,18), bułka grahamka 50g<br>(1,16), pasta z piersi kurczaka i<br>jarzyn 50g, szpinak listki 5g,<br>pomidor b/s 50g                       | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g<br>7, chleb pszenno –żytni 65g (1,18),<br>bułka grahamka 50g (1,16), pasta z<br>piersi kurczaka i jarzyn 50g, szpinak<br>listki 5g,papryka 50g                            | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g 7, chleb<br>pszenno –żytni 65g (1,18), bułka grahamka<br>50g (1,16), pasta z piersi kurczaka i jarzyn<br>50g, szpinak listki 5g,papryka 50g |
|                            | PN             | Drożdżówka 80g (7,1,3)                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                | Drożdżówka 80g ( 7,1,3)                                                                                                                                                      | Kefir 200g 7,                                                                                                                                                                         | Kefir 200g 7,                                                                                                                                                                                              | Kefir 200g 7,                                                                                                                                                                |
|                            | Wart. odżywcza | E kcal-2180.20<br>B -107.90<br>T -80.90<br>Kw tł. nas –37.60<br>W -268.10<br>W tym cukry -63.60<br>Bł -27.70<br>Sól – 9                                                                                                       | E kcal-2376<br>B -95.30<br>T -58.10<br>Kw tł. nas –33.30<br>W -381.60<br>W tym cukry -120.90<br>Bł -26.50<br>Sól – 6.10                                        | E kcal-2651.40<br>B -108.80<br>T -65.10<br>Kw tł. nas –37.40<br>W -421.80<br>W tym cukry -130<br>Bł -27.20<br>Sól – 6.50                                                     | E kcal-2219.10<br>B -102.10<br>T -72.40<br>Kw tł. nas – 41.80<br>W -302.10<br>W tym cukry -59.80<br>Bł -31<br>Sól – 7.70                                                              | E kcal-2150.40<br>B -107.20<br>T -82.40<br>Kw tł. nas –41.60<br>W -258.30<br>W tym cukry -24.20<br>Bł -26.10<br>Sól – 10.10                                                                                | E kcal-2480.10<br>B -121<br>T -93.80<br>Kw tł. nas –48.10<br>W -306.10<br>W tym cukry -34.40<br>Bł -36.20<br>Sól – 11.90                                                     |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na pierwszej stronie dokumentu

|                       |                | (D01) PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                   | (D05) ŁATWOSTRAWNA<br>z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                   | (D11) PAKOWATA                                                                                                                                                                                                             | (D15) Cukrzycowo - wątrobowa                                                                                                                                                                                                       | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 4 posiłkowa)                                                                                                                                                                      | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 6 posiłkowa)                                                                                                                                                                      |
|-----------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 23. 06. 2026r. WTOREK | Śniadanie      | Kawa z mlekiem 250ml <b>(1,7,16,18)</b><br>masło 20g <b>7</b> , chleb pszenno –żytni 65g <b>(1,18)</b> , bułka grahamka 50g <b>(1,16)</b> ,<br>połędwica sopocka 50g <b>6</b> , serek mini 35g <b>7</b> , sałatka z selerem, ananasem i jarzynami 70g <b>(9,7)</b> | Kawa z mlekiem 250ml <b>(1, 7, 16, 18)</b> , masło 20g <b>7</b> , chleb 50g <b>(1,18)</b> , bułki 50g <b>1</b> , połędwica sopocka 50g <b>6</b> , serek mini 35g <b>7</b> , sos warzywny z jog. 70g <b>(7,9)</b> | Herbata 250ml, masło 20g <b>7</b> , chleb 50g <b>(1,18)</b> , bułki 50g <b>1</b> , grysik na mleku 400ml <b>(1,7)</b> ,<br>połędwica sopocka 50g <b>6</b> , serek mini 35g <b>7</b> , sos warzywny z jog. 70g <b>(9,7)</b> | Kawa z mlekiem b/c 250ml <b>(1, 7, 16, 18)</b> , masło 20g <b>7</b> , chleb 65g <b>(1,18)</b> , bułka grahamka 50g <b>(1, 16)</b> , połędwica sopocka 50g <b>6</b> , serek mini 35g <b>7</b> . sos warzywny z jog 70g <b>(9,7)</b> | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml <b>(1, 7, 16, 18)</b> , masło 20g <b>7</b> , chleb 65g <b>(1,18)</b> , bułka grahamka 50g <b>(1,16)</b> ,<br>połędwica sopocka 50g <b>6</b> , serek mini 35g <b>7</b> , sałatka ryżowa z tuńczykiem 80g <b>(4,7)</b> | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml <b>(1, 7, 16, 18)</b> , masło 20g <b>7</b> , chleb 65g <b>(1,18)</b> , bułka grahamka 50g <b>(1,16)</b> ,<br>połędwica sopocka 50g <b>6</b> , serek mini 35g <b>7</b> , sałatka ryżowa z tuńczykiem 80g <b>(4,7)</b> |
|                       | II śni         |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                   | Herbata b/ c , graham 70g <b>(1,16)</b> , masło 10g <b>7</b> , jajko got. 60g <b>3</b>                                                                                                                                                            |
|                       | Obiad          | Grysikowa 400ml <b>(1,7,9)</b> udko z kurczaka piecz. 200g <b>7</b> , ziem 200g <b>7</b> , mizeria z rzod i koperkiem . 150g z jog i śmiet <b>7</b> , kompot z mieszanki owocowej 250ml                                                                            | Grysikowa 400ml <b>(1,7,9)</b> udko z kurczaka pieczone w jarz. 200g <b>7</b> , ziem. 200g <b>7</b> , ćwikła z jabłkiem got 180g <b>7</b> , kompot z mieszanki owocowej 250ml                                    | Grysikowa 400ml <b>(1,7,9)</b> udko z kurczaka pieczone w jarz. 200g ziem. 200g <b>7</b> , ćwikła z jabłkiem got 180g <b>7</b> , kompot z mieszanki kompotowej 250ml                                                       | Grysikowa 400ml <b>(1,7,9)</b> udko z kurczaka pieczone w jarz. 200g, ziem 200g <b>7</b> , ćwikła z jabłkiem got 180g <b>7</b> , kompot z mieszanki kompotowej b/c 250ml                                                           | Grysikowa 400ml <b>(1,7,9)</b> udko z kurczaka pieczone w jarz. 200g <b>7</b> , ziem 200g <b>7</b> , ćwikła z jabłkiem got 180g <b>7</b> , mizeria z jog . 100g <b>7</b> , kompot z mieszanki kompotowej b/c 250ml                                | Grysikowa 400ml <b>(1,7,9)</b> udko z kurczaka pieczone w jarz. 200g <b>7</b> , ziem 200g <b>7</b> , ćwikła z jabłkiem got 180g <b>7</b> , mizeria z jog . 100g <b>7</b> , kompot z mieszanki kompotowej b/c 250ml                                |
|                       | PD             |                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                   | Herbata b/ c , graham 70g <b>(1,16)</b> , masło 10g <b>7</b> , wędlina drobiowa 30g <b>6</b>                                                                                                                                                      |
|                       | Kolacja        | Herbata 250ml, masło 20g <b>7</b> , chleb pszenno –żytni 65g <b>(1,18)</b> , bułka grahamka 50g <b>(1,16)</b> , pasta z twarogu i pomid św ze szczyp 70g <b>7</b> , banan 1szt                                                                                     | Herbata 250ml, masło 20g <b>7</b> , chleb 50g <b>(1,18)</b> , bułki 50g <b>1</b> , pasta z twarogu i pomid św z koperkiem 70g <b>7</b> , banan 1szt                                                              | Herbata 250ml, masło 20g <b>7</b> , chleb 50g <b>(1,18)</b> , bułki 50g <b>1</b> , grysik na mleku 400ml <b>(1,7)</b> , pasta z twarogu i pomid św z koperkiem 70g <b>7</b> , banan 1szt                                   | Herbata 250ml , masło 20g <b>7</b> , chleb 65g <b>(1,18)</b> , bułka grahamka 50g <b>(1,16)</b> , pasta z twarogu i pomid św z koperkiem 70g <b>7</b> , jabłko pieczone 150g                                                       | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g <b>7</b> , chleb pszenno –żytni 65g <b>(1,18)</b> , bułka grahamka 50g <b>(1,16)</b> , pasta z twarogu i pomid św ze szczyp 70g <b>7</b> , rzodkiewka 30g                                                        | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g <b>7</b> , chleb pszenno –żytni 65g <b>(1,18)</b> , bułka grahamka 50g <b>(1,16)</b> , pasta z twarogu i pomid św ze szczyp 70g <b>7</b> , rzodkiewka 30g                                                        |
|                       | PN             | Muss warzywno-owocowy 100g                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                  | Muss warzywno-owocowy 100g                                                                                                                                                                                                 | Sok (gruszka, pietruszka, jabłko) 250ml                                                                                                                                                                                            | Sok (gruszka, pietruszka, jabłko) 250ml                                                                                                                                                                                                           | Sok (gruszka, pietruszka, jabłko) 250ml                                                                                                                                                                                                           |
|                       | Wart. odżywcza | E kcal-2388.80<br>B -119<br>T -67<br>Kw tł. nas – 25.40<br>W -291.40<br>W tym cukry -79<br>Bł -29.50<br>Sól – 5.70                                                                                                                                                 | E kcal-2299.20<br>B -116.80<br>T -56.60<br>Kw tł. nas –21.30<br>W -268.20<br>W tym cukry -85.50<br>Bł -28.90<br>Sól – 5.10                                                                                       | E kcal-2865<br>B -145.80<br>T -71.40<br>Kw tł. nas – 29.80<br>W -375<br>W tym cukry -121.50<br>Bł -32.70<br>Sól – 5.90                                                                                                     | E kcal-2182.90<br>B -115<br>T -56.20<br>Kw tł. nas –21.20<br>W -265.70<br>W tym cukry -60.70<br>Bł -31.40<br>Sól – 5.10                                                                                                            | E kcal-2330.30<br>B -123.50<br>T -91.40<br>Kw tł. nas –43.50<br>W -266.80<br>W tym cukry -51.20<br>Bł -29.50<br>Sól – 7.40                                                                                                                        | E kcal-2906<br>B -147.20<br>T -116.20<br>Kw tł. nas –56.80<br>W -335.50<br>W tym cukry -51.80<br>Bł -38.50<br>Sól – 9.70                                                                                                                          |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na pierwszej stronie dokumentu

|                    |                | (D01) PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                 | (D05) ŁATWOSTRAWNA<br>z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                  | (D11) PAKOWATA                                                                                                                                                                                                                                  | (D15) Cukrzycowo-<br>wątrobowa                                                                                                                                                                                                                            | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 4 posiłkowa)                                                                                                                                                                                                    | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 6 posiłkowa)                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 24.06.2026r. ŚRODA | Śniadanie      | Kawa z mlekiem 250ml, <u>(1, 7, 16, 18)</u> ,<br>masło 20g <u>7</u> , chleb pszenno –żytni 65g<br><u>(1, 18)</u> , bułka grahamka 50g <u>(1, 16)</u> ,<br>szynka biała 50g <u>6</u> , ser top 35g <u>(7, 3,</u><br><u>10, 6, 9)</u> mix sałat 5g, papryka 50g,<br>serwatka owocowa 150g <u>7</u> | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> ,<br>chleb 50g <u>(1, 18)</u> , bułki 50g <u>1</u> ,<br>grysik na mleku 350ml <u>(1, 7)</u> ,<br>szynka biała 50g <u>6</u> , mix sałat<br>5g, ketchup jarzyn 40g <u>9</u> ,<br>serwatka owocowa 150g <u>7</u> | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb<br>50g <u>(1, 18)</u> , bułki 50g <u>1</u> , grysik na<br>mleku 400ml <u>(1, 7)</u> , szynka biała 50g<br><u>6</u> , mix sałat 5g, ketchup jarzynowy<br>40g <u>9</u> , serwatka owocowa 150g <u>7</u> | Kawa z mlekiem b/c 250ml <u>(1,</u><br><u>7, 16, 18)</u> , masło 20g <u>7</u> , chleb<br>65g <u>(1, 18)</u> , bułka grahamka<br>50g <u>(1, 16)</u> , szynka biała 50g <u>6</u> ,<br>mix sałat 5g, ketchup jarzyn.<br>40g <u>9</u> , truskawki świeże 100g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml <u>(1, 7,</u><br><u>16, 18)</u> , masło 20g <u>7</u> , chleb 65g <u>(1, 18)</u> ,<br>bułka grahamka 50g <u>(1, 16)</u> , szynka<br>biała 50g <u>6</u> , ser top 35g <u>(7, 3, 10, 6, 9)</u><br>mix sałat 5g, papryka 50g, truskawki<br>świeże 100g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml <u>(1, 7, 16,</u><br><u>18)</u> , masło 20g <u>7</u> , chleb 65g <u>(1, 18)</u> , bułka<br>grahamka 50g <u>(1, 16)</u> , szynka biała 50g <u>6</u> ,<br>ser top 35g <u>(7, 3, 10, 6, 9)</u> mix sałat 5g,<br>papryka 50g, truskawki świeże 100g |
|                    | II śni         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Herbata b/c, podplomyk 1szt <u>(1, 7)</u> jogurt<br>nat. 150g <u>7</u>                                                                                                                                                                                                       |
|                    | Obiad          | Botwinka z ziemniakami 400ml <u>(1, 7)</u> ,<br>naleśniki z serem i cukrem pudrem<br>250g <u>(3, 7, 1)</u> , truskawki świeże 150g,<br>kompot z jabłek 250ml                                                                                                                                     | Botwinka z ziemniakami 400ml<br><u>(1, 7)</u> , potrawka z wołowiną i<br>jarzynami got 350g <u>(1, 9, 7)</u> , ryż<br>200g <u>7</u> , sałata zielona z jog.<br><u>(30g)</u> 60g <u>7</u> , kompot z jabłek<br>250ml                             | Botwinka z ziemniakami 400ml<br><u>(1, 7)</u> , potrawka z wołowiną i<br>jarzynami got 350g <u>(1, 9, 7)</u> , ryż 200g<br><u>7</u> , sałata zielona z jog. <u>(30g)</u> 60g <u>7</u> ,<br>kompot z jabłek 250ml                                | Botwinka z ziemniakami 400ml<br><u>(1, 7)</u> , potrawka z wołowiną i<br>jarzynami got 350g <u>(1, 9, 7)</u> , ryż<br>200g <u>7</u> , sałata zielona z jog.<br><u>(30g)</u> 60g <u>7</u> , kompot z jabłek<br>b/c 250ml                                   | Botwinka z ziemniakami 400ml <u>(1, 7)</u> ,<br>potrawka z wołowiną i jarzynami got<br>350g <u>(1, 9, 7)</u> , ryż 200g <u>7</u> , sałata zielona<br>z jog. <u>(30g)</u> 60g <u>7</u> , brukselka got 100g<br><u>(1, 7)</u> kompot z jabłek b/c 250ml                           | Botwinka z ziemniakami 400ml <u>(1, 7)</u> ,<br>potrawka z wołowiną i jarzynami got 350g<br><u>(1, 9, 7)</u> , ryż 200g <u>7</u> , sałata zielona z jog. 60g<br><u>7</u> , brukselka got 100g. <u>(1, 7)</u> kompot z<br>jabłek b/c 250ml                                    |
|                    | PD             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Sok pomid 300ml                                                                                                                                                                                                                                                              |
|                    | Kolacja        | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb<br>pszenno –żytni 65g <u>(1, 18)</u> , bułka<br>grahamka 50g <u>(1, 16)</u> ser fromage z<br>chrzanem 80g <u>(7, 1, 6, 4, 2, 9, 10)</u> , og św<br>50g                                                                                                 | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> ,<br>chleb 50g <u>(1, 18)</u> , bułki 50g <u>1</u> ,<br>ser homog nat 70g <u>7</u> , dżem<br>50g, jabłko pieczone 150g                                                                                        | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb<br>50g <u>(1, 18)</u> , bułki 50g <u>1</u> , grysik na<br>mleku 400ml <u>(1, 7)</u> , ser homog nat<br>70g <u>7</u> , dżem 50g, jabłko pieczone<br>150g                                               | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> ,<br>chleb 65g. <u>(1, 18)</u> , bułka<br>grahamka 50g. <u>1</u> , ser homog<br>nat 70g <u>7</u> , jabłko pieczone<br>150g                                                                                              | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g<br><u>7</u> , chleb pszenno –żytni 65g <u>(1, 18)</u> ,<br>bułka grahamka 50g <u>(1, 16)</u> , serek<br>fromage z chrzanem 80g <u>(7, 1, 6, 4, 2,</u><br><u>9, 10)</u> , og św 50g                                                             | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb<br>pszenno –żytni 65g <u>(1, 18)</u> , bułka grahamka<br>50g <u>(1, 16)</u> , serek fromage 80g <u>(7, 1, 6, 4, 2,</u><br><u>9, 10)</u> , og św 50g                                                                        |
|                    | PN             | Pomarańcza 1/ 2szt                                                                                                                                                                                                                                                                               | Sok pomidorowy 300ml                                                                                                                                                                                                                            | Sok pomidorowy 300ml                                                                                                                                                                                                                            | Pomarańcza 1/ 2szt                                                                                                                                                                                                                                        | Pomarańcza 1/ 2szt                                                                                                                                                                                                                                                              | Pomarańcza 1/ 2szt                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                    | Wart. odżywcza | E kcal-2787.90<br>B -108.20<br>T -106.80<br>Kw tł. nas –48.80<br>W -363.40<br>W tym cukry -104.60<br>Bł -37.40<br>Sól – 9.90                                                                                                                                                                     | E kcal-2265.30<br>B -87.50<br>T -61.50<br>Kw tł. nas –33.40<br>W -358.90<br>W tym cukry -94.60<br>Bł -43.70<br>Sól – 7.80                                                                                                                       | E kcal-2831.10<br>B -116.60<br>T -76.30<br>Kw tł. nas –41.80<br>W -439.30<br>W tym cukry -129<br>Bł -45.20<br>Sól – 8.60                                                                                                                        | E kcal-2141.70<br>B -84.60<br>T -60.60<br>Kw tł. nas –32.70<br>W -333.10<br>W tym cukry -60.10<br>Bł -43.90<br>Sól – 7.70                                                                                                                                 | E kcal-2579.40<br>B -108.90<br>T -84.40<br>Kw tł. nas –46.10<br>W -367.50<br>W tym cukry -77.40<br>Bł -51.10<br>Sól – 10.20                                                                                                                                                     | E kcal-2766<br>B -116.50<br>T -87.50<br>Kw tł. nas –48<br>W -400.70<br>W tym cukry -99.60<br>Bł -51.40<br>Sól – 10.50                                                                                                                                                        |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na pierwszej stronie dokumentu

| (D01) PODSTAWOWA       |                | (D05) ŁATWOSTRAWNA<br>z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                                          | (D11) PĄPKOWATA                                                                                                                                                                                                                                      | (D15) Cukrzycowo-<br>wątrobowa                                                                                                                                                                                                                  | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 4 posiłkowa)                                                                                                                                                                                        | (D03) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych<br>węglowodanów<br>( 6 posiłkowa)                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 25.06.2026 r. CZWARTEK | Śniadanie      | Kawa z mlekiem 250ml ( <u>1,7,16,18</u> ),<br>masło 20g <u>7</u> , chleb pszenno –żytni 65g<br>( <u>1,18</u> ),bułka grahamka 50g ( <u>1,16</u> )<br>filet królewski 50g <u>6</u> , paluszki serowe<br>42g ( <u>7,1,3,6,9</u> ) rukola 5g, majonez z<br>porami i kukurydzą 80g <u>7</u> | Kawa z mlekiem 250ml, ( <u>1, 7,</u><br><u>16, 18</u> ), masło 20g <u>7</u> , chleb 50g<br>( <u>1,18</u> ), bułki 50g <u>1</u> , filet<br>królewski 50g <u>6</u> , rukola 5g,<br>serek mini 35g <u>7</u> , sos<br>warzywny z jog. 70g ( <u>7,9</u> ) | Herbata 250ml,masło 20g <u>7</u> ,<br>chleb 50g ( <u>1,18</u> ), bułki<br>50g <u>1</u> ,grysik na mleku 400ml<br>( <u>1,7</u> ), filet królewski 50g <u>6</u> ,rukola<br>5g, serek mini 350g <u>7</u> ,sos<br>warzywny z jog 70g ( <u>7,9</u> ) | Kawa z mlekiem b/c 250ml ( <u>1,</u><br><u>7, 16, 18</u> ), masło 20g <u>7</u> , chleb<br>65g ( <u>1,18</u> ), bułka grahamka<br>50g ( <u>1,16</u> ), filet królewski 50g<br><u>6</u> ,rukola 5g,serek mini 35g <u>7</u> ,<br>sos warzywny z jog 70g ( <u>7,9</u> ) | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml ( <u>1, 7,</u><br><u>16, 18</u> ), masło 20g <u>7</u> , chleb 65g ( <u>1,18</u> ),<br>bułka grahamka 50g ( <u>1,16</u> ), filet<br>królewski 50g <u>6</u> , rukola 5g, paluszki<br>serowe 42g ( <u>7,3,1,6,9</u> ), jogurt z<br>porami i kukurydzą z jog. 80g <u>7</u> | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml ( <u>1, 7, 16, 18</u> ),<br>masło 20g <u>7</u> , chleb 65g ( <u>1,18</u> ), bułka<br>grahamka 50g ( <u>1,16</u> ), filet królewski 50g <u>6</u> ,<br>rukola 5g, paluszki serowe 42g ( <u>7,3,1,6,9</u> ).<br>jogurt z porami i kukurydzą z jog. 80g <u>7</u> |
|                        | II śni         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Herbata b/c , graham 70g ( <u>1,16</u> ),masło 10g <u>7</u> ,<br>sardynki w oleju 40g <u>4</u>                                                                                                                                                                                            |
|                        | Obiad          | Pieczarkowa z makaronem 400ml ( <u>1,</u><br><u>7,3</u> ), befsztyk z cebulą 100g ( <u>1,3,7</u> ),<br>ziem 200g <u>7</u> , marchewka z groszkiem<br>180g ( <u>1,7</u> ) , kompot z jabłek 250ml                                                                                        | Koperkowa z mak 400ml ( <u>1, 7,</u><br><u>3</u> ), klops pieczony w jarz. 80g<br>( <u>1,7,3</u> ), sos biały 70ml ( <u>1,7</u> )<br>ziem 200g <u>7</u> , marchewka mini<br>got. 150g ( <u>1,7</u> ), kompot z<br>jabłek 250ml,                      | Koperkowa z mak 400ml ( <u>1,7,3</u> ),<br>klops pieczony w jarz. 80g ( <u>3,1,7</u> )<br>sos biały 70ml ( <u>1,7</u> ) ziem 200g <u>7</u> ,<br>marchewka mini got. 150g ( <u>1,7</u> ),<br>kompot z jabłek 250ml                               | Koperkowa z mak 400ml ( <u>1, 7,</u><br><u>3</u> ), klops pieczony w jarz. 80g<br>( <u>3,1,7</u> ) sos biały 70ml ( <u>1,7</u> )<br>ziem 200g <u>7</u> , marchewka mini<br>got. 150g ( <u>1,7</u> ), kompot z<br>jabłek b/c 250ml                                   | Koperkowa z mak 400ml ( <u>1, 7, 3</u> ),<br>klops pieczony w jarz. 80g ( <u>3,1,7</u> ) sos<br>biały 70ml ( <u>1,7</u> ) ziem 200g <u>7</u> ,<br>marchewka mini got 150g ( <u>1,7</u> ),<br>surówka z kiszonej kapusty z olejem<br>100g, kompot z jabłek b/c 250ml                                 | Koperkowa z mak 400ml ( <u>1, 7, 3</u> ), klops<br>pieczony w jarz. 80g ( <u>3,1,7</u> ) sos biały 70ml ( <u>1,</u><br><u>7</u> ) ziem 200g <u>7</u> , marchewka mini got 150g<br>( <u>1,7</u> ), surówka z kiszonej kapusty z olejem<br>100g, kompot z jabłek b/c 250ml                  |
|                        | PD             |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Herbata b/c , masło 10g <u>7</u> , graham 70g ( <u>1,16</u> ),<br>rzodkiewka 20g                                                                                                                                                                                                          |
|                        | Kolacja        | Herbata 250ml,masło 20g <u>7</u> ,chleb<br>pszenno –żytni 65g ( <u>1,18</u> ),bułka<br>grahamka 50g ( <u>1,16</u> ) schab z<br>majerankiem 50g <u>6</u> ,sał. z ogórka<br>kiszzonego i papryki 60g                                                                                      | Herbata 250ml,masło 20g <u>7</u> ,<br>chleb 50g( <u>1,18</u> ),bułki 50g <u>1</u> ,<br>schab z majerankiem 50g <u>6</u> ,<br>pomidor b/ s 50g                                                                                                        | Herbata 250ml,masło 20g <u>7</u> ,<br>chleb 50g ( <u>1,18</u> ), bułki 50g <u>1</u> ,<br>schab z majerankiem 50g <u>6</u> ,<br>pomidor b/s 50g                                                                                                  | Herbata 250ml , masło 20g <u>7</u> ,<br>chleb 65g( <u>1,18</u> ), bułka<br>grahamka 50g ( <u>1,16</u> ),schab z<br>majerankiem 50g <u>6</u> , pomidor<br>b/s 50g                                                                                                    | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g<br><u>7</u> ,chleb pszenno –żytni 65g ( <u>1,18</u> ),<br>bułka grahamka 50g ( <u>1,16</u> ), schab z<br>majerankiem 50g <u>6</u> ,sałatka z ogórka<br>kiszzonego i papryki 60g                                                                                    | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g <u>7</u> ,chleb<br>pszenno –żytni 65g ( <u>1,18</u> ), bułka grahamka<br>50g ( <u>1,16</u> ), schab z majerankiem 50g <u>6</u> ,<br>sałatka z ogórka kiszzonego i papryki 60g                                                                            |
|                        | PN             | Jogurt owocowy 150g <u>7</u>                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                      | Jogurt owocowy 150g <u>7</u>                                                                                                                                                                                                                    | Jogurt nat 150g <u>7</u>                                                                                                                                                                                                                                            | Jogurt nat 150g <u>7</u>                                                                                                                                                                                                                                                                            | Jogurt nat 150g <u>7</u>                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                        | Wart. odżywcza | E kcal-2478.80<br>B -94<br>T -117.70<br>Kw tł. nas – 50.60<br>W -273.30<br>W tym cukry -35.20<br>Bł -28.60<br>Sól – 7.20                                                                                                                                                                | E kcal-1896.20<br>B -95.30<br>T -66.20<br>Kw tł. nas –37.90<br>W -240.90<br>W tym cukry -42.20<br>Bł -24.90<br>Sól – 4.90                                                                                                                            | E kcal-2462<br>B -124.30<br>T -81<br>Kw tł. nas –46.40<br>W -321.50<br>W tym cukry -76.60<br>Bł -26.40<br>Sól –5.70                                                                                                                             | E kcal-1891.80<br>B -95.60<br>T -65.30<br>Kw tł. nas –36.70<br>W -245<br>W tym cukry -48.80<br>Bł -30.20<br>Sól – 5.50                                                                                                                                              | E kcal-2099.20<br>B -90.70<br>T -84.50<br>Kw tł. nas –41.80<br>W -259.40<br>W tym cukry -50<br>Bł -33.10<br>Sól – 10                                                                                                                                                                                | E kcal-2663.30<br>B -112.30<br>T -109<br>Kw tł. nas –54.10<br>W -328.40<br>W tym cukry -50.70<br>Bł -42.40<br>Sól – 12.10                                                                                                                                                                 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na pierwszej stronie dokumentu

| (D01) PODSTAWOWA    |                | (D05) ŁATWOSTRAWNA z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                                       | (D11) PĄPKOWATA                                                                                                                                                                       | (D15) Cukrzycowo - wątrobowa                                                                                                                                                                       | (D03) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ( 4 posiłkowa)                                                                                                                                                                 | (D03) z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ( 6 posiłkowa)                                                                                                                                                                            |
|---------------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 26.06.2026r. PIĄTEK | Śniadanie      | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb pszenno –żytni 65g ( <u>1,18</u> ), bułka grahamka 50g ( <u>1,16</u> ), płatki owsiane na mleku 350ml ( <u>7,17</u> ), jajko got. 60g <u>3</u> , sałatka z brokułem i jarzynami 80g, <u>7</u> pomidorki cocktailowe 50g | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb 50g ( <u>1,18</u> ), bułki 50g <u>1</u> , płatki owsiane na mleku 350ml ( <u>7,17</u> ), powidło 50g, twaróg 70g <u>7</u> , sok Kubaś 300ml | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb 50g ( <u>1,18</u> ), bułki 50g <u>1</u> , grysik na mleku 400ml ( <u>1,7</u> ), powidło 50g, twaróg 70g <u>7</u> , Sok Kubaś 300ml                       | Kawa z mlekiem b/c 250ml ( <u>1, 7, 16, 18</u> ), masło 20g <u>7</u> , chleb 65g ( <u>1,18</u> ), bułka grahamka 50g <u>1</u> , wędlina drobiowa 50g <u>6</u> , twaróg 70g <u>7</u> , pomidorki cocktailowe 50g                        | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml ( <u>1, 7, 16, 18</u> ), masło 20g <u>7</u> , chleb 65g ( <u>1,18</u> ), bułka grahamka 50g ( <u>1,16</u> ), jajko got. 60g <u>3</u> , sałatka z brokułem i jarzynami z jog 80g <u>7</u> , pomidorki cocktailowe 50g |
|                     | II śni         |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                        | Herbata b/c , graham 70g ( <u>1,16</u> ), masło 10g <u>7</u> , serek mini 35g <u>7</u>                                                                                                                                                            |
|                     | Obiad          | Krupnik 400ml ( <u>1,7,9</u> ), ryba smażona 100g ( <u>1,3,4</u> ), ziem. 200g <u>7</u> , surówka z kiszonej kapusty, marchewki, jabłka i cebuli z olejem 150g, kompot z truskawek św. 250ml                                                                      | Krupnik 400ml ( <u>1,7,9</u> ), ryba piecz w jarz. 100g <u>4</u> , ziem. 200g <u>7</u> , sos koperkowy 70ml ( <u>7,1</u> ) ćwikła z jabłkiem got. 180g, kompot z truskawek św. 250ml  | Krupnik 400ml ( <u>1,7,9</u> ), ryba piecz w jarz. 100g <u>4</u> , ziem. 200g <u>7</u> , sos koperkowy 70ml ( <u>7,1</u> ) ćwikła z jabłkiem got. 180g, kompot z truskawek św. b/c 250ml           | Krupnik 400ml ( <u>1,7,9</u> ), ryba piecz. w jarz. 100g <u>4</u> , ziem. 200g <u>7</u> , sos koperkowy 70ml ( <u>7,1</u> ) ćwikła z jabłkiem got. 180g, fasolka szparagowa got. 100g ( <u>1,7</u> ), kompot z truskawek św. b/c 250ml | Krupnik 400ml ( <u>1,7,9</u> ), ryba piecz. w jarz. 100g <u>4</u> , ziem. 200g <u>7</u> , sos koperkowy 70ml ( <u>7,1</u> ) ćwikła z jabłkiem got. 180g, fasolka szparagowa got. 100g ( <u>1,7</u> ), kompot z truskawek św. b/c 250ml            |
|                     | PD             |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                        | Herbata b/c , graham 70g ( <u>1,16</u> ), masło 10g <u>7</u> , ogórek świeży 30g                                                                                                                                                                  |
|                     | Kolacja        | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb pszenno –żytni 65g ( <u>1,18</u> ), bułka grahamka 50g ( <u>1,16</u> ) ser żółty 50g <u>7</u> , roszponka 5g, rzodkiewka 30g                                                                                            | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb 50g ( <u>1,18</u> ), bułki 50g <u>1</u> , pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g, roszponka 5g, jabłko pieczone 150g                          | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb 50g ( <u>1,18</u> ), bułki 50g <u>1</u> , grysik na mleku 400ml ( <u>1,7</u> ), pasta z piersi kurczaka i jarzyn 50g, roszponka 5g, jabłko pieczone 150g | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb 65g ( <u>1,18</u> ), bułka grahamka 50g ( <u>1,16</u> ), pasta z piersi kurczaka 50g, roszponka 5g, jabłko pieczone 150g                                                                     | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb pszenno –żytni 65g ( <u>1,18</u> ), bułka grahamka 50g ( <u>1,16</u> ), ser żółty 50g <u>7</u> , roszponka 5g, rzodkiewka 30g                                                                   |
|                     | PN             | Biskopity 50g ( <u>1,3,7</u> )                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                       | Biskopity 50g ( <u>1,3,7</u> )                                                                                                                                                                     | Sok pomidorowy 300ml                                                                                                                                                                                                                   | Sok pomidorowy 300ml                                                                                                                                                                                                                              |
|                     | Wart. odżywcza | E kcal- 2722.20<br>B -90<br>T -122.10<br>Kw tł. nas –42.80<br>W -336.10<br>W tym cukry -50.40<br>Bł -35.50<br>Sól – 6.10                                                                                                                                          | E kcal-2140.20<br>B -77.30<br>T -58.80<br>Kw tł. nas –30.20<br>W -339.80<br>W tym cukry -116.90<br>Bł -29<br>Sól – 3.70                                                               | E kcal-2421.40<br>B -91.90<br>T -65.10<br>Kw tł. nas –34.60<br>W -381.20<br>W tym cukry -136.20<br>Bł -28.10<br>Sól – 4.20                                                                         | E kcal-1884.70<br>B -84.70<br>T -52.60<br>Kw tł. nas –29.20<br>W -283<br>W tym cukry -70.10<br>Bł -37.30<br>Sól – 5.90                                                                                                                 | E kcal-2011.90<br>B -88<br>T -70.30<br>Kw tł. nas –37.60<br>W -274.40<br>W tym cukry -52.50<br>Bł -37.40<br>Sól – 7.50                                                                                                                            |
|                     |                | E kcal-2573.80<br>B -102<br>T -97.30<br>Kw tł. nas –54.20<br>W -344.40<br>W tym cukry -55.40<br>Bł -46.50<br>Sól – 9.40                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                   |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na pierwszej stronie dokumentu

| (D01) PODSTAWOWA     |                | (D05) ŁATWOSTRAWNA<br>z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                               | (D11) PAPKOWATA                                                                                                                                                               | (D15) Cukrzycowo-wątrobowa                                                                                                                                                        | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 4 posiłkowa)                                                                                                       | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 6 posiłkowa)                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 27.06.2026 r. SOBOTA | Śniadanie      | Kawa z mlekiem 250ml,(1,7,16,18)<br>masło 20g7, chleb pszenno –żytni<br>100g (1,18), parówka wiedeńska 100g<br>(1,6,7,10,3,12), musztarda 30g (10,<br>12, 1,6,8), papryka 50g. kiwi 1szt                     | Kawa z mlekiem 250ml,(1, 7, 16,<br>18), masło 20g 7, chleb 50g<br>(1,18), bułki 50g 1, parówka<br>wiedeńska 100g ( 1,6,7,10,3,12),<br>ketchup jarzynowy 40g 9, banan<br>1szt. | Herbata 250ml,masło 20g 7,<br>chleb 50g (1,18), bułki 50g 1,<br>grysik na mleku 400ml (1,7),<br>parówka wiedeńska 100g (1,6,7,<br>10,3,12) ketchup jarzynowy 40g<br>9, banan 1szt | Kawa z mlekiem b/c 250ml(1, 7,<br>16, 18), masło 20g 7, chleb 50g (1,<br>18) , graham 65g (1,16), parówka<br>wiedeńska 100g ( 1,6,7,10,3,12)<br>ketchup jarzynowy 40g 9, kiwi 1szt | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml(1, 7,<br>16, 18), masło 20g 7, chleb 50g (1,18),<br>graham 65g (1,16) , parówka<br>wiedeńska 100g (1,6,7,10,3,12),<br>ketchup jarzynowy 40g 9, papryka<br>50g, kiwi 1szt | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml(1, 7, 16,<br>18), masło 20g 7, chleb 50g (1,18),<br>graham 65g (1,16) , parówka<br>wiedeńska 100g (1,6,7,10,3,12), ketchup jarzynowy<br>40g 9, papryka 50g, kiwi 1szt |
|                      | II śni         |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                       | Kefir 200g 7, maca razowa 1szt (1,16)                                                                                                                                                              |
|                      | Obiad          | Żurek z ziem.400ml (1,7), gulasz<br>wieprzowy duszony z pieczarkami<br>80g 7, sos nat.100ml (1,7) , kasza<br>180g (18,7) sałata zielona z rzodk. jog.<br>i śmiet 60g 7, kompot z truskawek<br>świeżych 250ml | Żurek z ziem. 400ml (1,7), gulasz<br>schabowy 80g 7, sos naturalny<br>70ml (1,7), kasza 180g (18,7)<br>sałata zielona z jog. 60g, kompot<br>z truskawek świeżych 250ml        | Żurek z ziem.400ml (1,7), gulasz<br>schabowy 80g 7, sos naturalny<br>100ml (1,7), kasza 180g (18,7)<br>sałata zielona z jog. 60g,<br>kompot z truskawek św. 250ml                 | Żurek z ziem.400ml (1,7), gulasz<br>schabowy 80g 7, sos naturalny<br>100ml (1,7), kasza 180g (18,7)<br>sałata zielona z jog. 60g, kompot z<br>truskawek św.b/c 250ml               | Żurek z ziem.400ml (1,7), gulasz<br>schabowy 80g 7, sos naturalny 100ml<br>(1,7), kasza 180g (18,7) sałata zielona<br>z jog. 60g, kalafior św got. 100g ( 1,7),<br>kompot z truskawek św b/c<br>250ml | Żurek z ziem.400ml (1,7), gulasz<br>schabowy 80g 7, sos naturalny 100ml<br>(1,7), kasza 180g (18,7) sałata zielona z<br>jog. 60g, kalafior św got. 100g ( 1,7),<br>kompot z truskawek św b/c 250ml |
|                      | PD             |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                       | Herbata, masło10g 7,graham 70g (1,16),<br>wędlina drobiowa 30g 6                                                                                                                                   |
|                      | Kolacja        | Herbata z cytr 250ml,masło 20g 7,<br>chleb pszenno –żytni 100g (1,18)<br>awanturka z twarogu 70g 7, ogórek<br>świeży 50g                                                                                     | Herbata z cytr 250ml,masło 20g7,<br>chleb 50g(1,18),bułki 50g 1,<br>pasta z twarogu i koperku 70g 7,<br>pomidor b/s 50g                                                       | Herbata z cytr 250ml,masło 20g7,<br>chleb 50g (1,18), bułki 50g 1,<br>grysik na mleku 400ml (1,7),<br>pasta z twarogu i koperku 7,<br>pomidor b/s 50g                             | Herbata z cytr 250ml , masło 20g 7,<br>chleb 50g( 1,18), graham 65g<br>(1,16), pasta z twarogu i koperku<br>70g 7, pomidor b/s 50g                                                 | Herbata z cytr b/cukru 250ml, masło<br>20g 7,chleb pszenno –żytni 50g (1,18),<br>graham 65g (1,16), awanturka z<br>twarogu 70g 7, jabłko surowe 250g                                                  | Herbata z cytr b/cukru 250ml, masło 20g<br>7,chleb pszenno –żytni 50g (1,18),<br>graham 65g (1,16), awanturka z twarogu<br>70g 7, jabłko surowe 250g                                               |
|                      | PN             | Sok (gruszka, pietruszka, jabłko) 250ml                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                               | Sok (gruszka, pietruszka, jabłko)<br>250ml                                                                                                                                        | Sok (gruszka, pietruszka, jabłko)<br>250ml                                                                                                                                         | Sok (gruszka, pietruszka, jabłko)<br>250ml                                                                                                                                                            | Sok (gruszka, pietruszka, jabłko) 250ml                                                                                                                                                            |
|                      | Wart. odżywcza | E kcal-2329.80<br>B -85.90<br>T -100.40<br>Kw tł. nas –42.90<br>W -283<br>W tym cukry -65.80<br>Bł -28<br>Sól – 4.10                                                                                         | E kcal-2176.30<br>B -87.60<br>T -78.20<br>Kw tł. nas -38.80<br>W -293.50<br>W tym cukry -91.90<br>Bł -28.40<br>Sól – 3.40                                                     | E kcal-2742.30<br>B -116.60<br>T -93<br>Kw tł. nas –47.20<br>W -373.90<br>W tym cukry -126.30<br>Bł -29.90<br>Sól – 4.20                                                          | E kcal-2064.50<br>B -89.90<br>T -78.90<br>Kw tł. nas –38.80<br>W -261.50<br>W tym cukry -47.30<br>Bł -28.20<br>Sól – 5.50                                                          | E kcal-2250.70<br>B -92.60<br>T -81.70<br>Kw tł. nas –39.20<br>W -300.20<br>W tym cukry -68.70<br>Bł -35.60<br>Sól – 5.70                                                                             | E kcal-2651.20<br>B -111.80<br>T -95.80<br>Kw tł. nas –47.50<br>W -351.90<br>W tym cukry -77.20<br>Bł -40.30<br>Sól – 7.30                                                                         |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na pierwszej stronie dokumentu

|                        |                | (D01) PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                         | (D03) ŁATWOSTRAWNA<br>z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                    | (D11) PAKOWATA                                                                                                                                                                                                                         | (D15) Cukrzycowo-wątrobowa                                                                                                                                                                                                                   | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 6 posiłkowa)                                                                                                                                                                  | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 6 posiłkowa)                                                                                                                                                                |
|------------------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.06.2026r. NIEDZIELA | Śniadanie      | Kawa z mlekiem 250ml <b>(1,7,16,18)</b> ,<br>masło 20g <b>7</b> , chleb pszenno –żytni<br>100g <b>(1,18)</b> , kielbasa krakowska 50g <b>6</b> ,<br>rukola 5g, serek mini 35g <b>7</b> ,<br>rzodkiewka 30g, borówki<br>amerykańskie 100g | Kawa z mlekiem 250ml <b>(1,7, 16,<br/>18)</b> ,masło 20g <b>7</b> , chleb 50g<br><b>(1,18)</b> , bułki 50g <b>1</b> , kielbasa<br>drob. pods.50g <b>6</b> , rukola 5g,<br>serek mini 35g <b>7</b> , muss<br>warzywno-owocowy 100g | Herbata250ml,masło 20g <b>7</b> , chleb<br>50g <b>(1,18)</b> , bułki 50g <b>1</b> ,grysik na<br>mleku 400ml <b>(1,7)</b> , kielbasa drob.<br>pods. 50g <b>6</b> , rukola 5g,serek mini<br>35g <b>7</b> , muss warzywno-owocowy<br>100g | Kawa z mlekiem b/c 250ml <b>(1, 7,<br/>16, 18)</b> , masło 20g <b>7</b> , chleb 50g<br><b>(1,18)</b> , graham 65g <b>(1,16)</b> ,<br>kiebasa drob. pods. 50g <b>6</b> , rukola<br>5g, serek mini 35g <b>7</b> , borówki<br>amerykańskie 100g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml <b>(1, 7,<br/>16,18)</b> , masło 20g <b>7</b> , chleb 50g <b>(1,18)</b> ,<br>graham 65g <b>(1,16)</b> , kielbasa drob.<br>pods. 50g <b>6</b> , rukola 5g, serek mini 35g<br><b>7</b> , borówki amerykańskie 100g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml <b>(1,7,<br/>16,18)</b> , masło 20g <b>7</b> , chleb 50g <b>(1,18)</b> ,<br>graham 65g <b>(1,16)</b> , kielbasa drob. pods.<br>50g <b>6</b> , rukola 5g, serek mini 35g <b>7</b> ,<br>borówka amerykańska 100g |
|                        | II śni         |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                               | Barszczyk czerwony 300ml                                                                                                                                                                                                                    |
|                        | Obiad          | Cukiniowa -krem z gr ptysiowym<br>400ml <b>(1,7,9)</b> , udziec z kurczaka piecz.<br>150g ,ziem.200g <b>7</b> , marchewka z<br>groszkiem 180g <b>(1,7)</b> ,kompot z<br>mieszanek owocowej 250ml                                         | Selerowa -krem z grz 400ml <b>(1, 7,<br/>9)</b> , udziec z kurczaka pieczony w<br>jarz.150g, ziem.200g <b>7</b> ,<br>marchewka got.180g <b>(1,7)</b> ,<br>kompot z mieszanek kompotowej<br>250ml                                  | Selerowa -krem z grz 400ml <b>(1, 7,<br/>9)</b> , udziec z kurczaka pieczony w<br>jarz.150g, ziem.200g <b>7</b> ,<br>marchewka got.180g <b>(1,7)</b> ,<br>kompot z mieszanek kompotowej<br>250ml                                       | Selerowa -krem z grz 400ml <b>(1, 7,<br/>9)</b> , udziec z kurczaka pieczony w<br>jarz.150g, ziem.200g <b>7</b> ,<br>marchewka got.180g <b>(1,7)</b> ,<br>kompot z mieszanek kompotowej<br>b/c 250ml                                         | Selerowa -krem z grz 400ml <b>(1, 7, 9)</b> ,<br>udziec z kurczaka pieczony w<br>jarz.150g, ziem.200g <b>7</b> , marchewka<br>got.180g <b>(1,7)</b> , sał. z białej kapusty z<br>olejem 100g, kompot z mieszanek<br>kompotowej b/c 250ml      | Selerowa -krem z grz 400ml <b>(1, 7, 9)</b> ,<br>udziec z kurczaka pieczony w jarz.150g,<br>ziem.200g <b>7</b> , marchewka got.180g <b>(1,7)</b> ,<br>sał. z białej kapusty z olejem 100g,<br>kompot z mieszanek kompotowej b/c<br>250ml    |
|                        | PD             |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                               | Herbata b/c , masło10g <b>7</b> ,graham 70g<br><b>(1,16)</b> , ser topiony 35g <b>(7,3,10,6,9)</b>                                                                                                                                          |
|                        | Kolacja        | Herbata 250ml,masło 20g <b>7</b> ,chleb<br>pszenno –żytni 100g <b>(1,18)</b> , szynka<br>golonkowa 50g <b>6</b> , sałatka z ogórka<br>kiszzonego i papryki 60g                                                                           | Herbata 250ml,masło 20g <b>7</b> ,<br>chleb 50g <b>(1,18)</b> ,bułki 50g <b>1</b> ,<br>szynka golonkowa 50g <b>6</b> ,<br>ketchup jarzyn. 40g <b>9</b>                                                                            | Herbata 250ml,masło 20g <b>7</b> ,<br>chleb 50g <b>(1,18)</b> , bułki 50g<br><b>1</b> ,grysik na mleku 400ml <b>(1,7)</b> ,<br>szynka golonkowa 50g <b>6</b> , ketchup<br>jarzyn. 40g <b>9</b>                                         | Herbata 250ml , masło 20g <b>7</b> ,<br>chleb 50g ( <b>1,18)</b> , graham 65g<br><b>(1,16)</b> , szynka golonkowa 50g <b>6</b> ,<br>ketchup jarzyn. 40g <b>9</b>                                                                             | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g<br><b>7</b> ,chleb pszenno –żytni 50g <b>(1,18)</b> ,<br>graham 65g <b>(1,16)</b> , szynka golonkowa<br>50g <b>6</b> , sałatka z ogórka kiszzonego i<br>papryki 60g                                          | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g<br><b>7</b> ,chleb pszenno –żytni 50g <b>(1,18)</b> ,<br>graham 65g <b>(1,16)</b> , szynka golonkowa<br>50g <b>6</b> , sałatka z ogórka kiszzonego i<br>papryki 60g                                        |
|                        | PN             | Jogurt owocowy 150g <b>7</b>                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                   | Jogurt owocowy 150g <b>7</b>                                                                                                                                                                                                           | Jogurt nat.150g <b>7</b>                                                                                                                                                                                                                     | Jogurt nat.150g <b>7</b>                                                                                                                                                                                                                      | Jogurt nat.150g <b>7</b>                                                                                                                                                                                                                    |
|                        | Wart. odżywcza | E kcal-2195.90<br>B -100.40<br>T -92.50<br>Kw tł. nas –44.30<br>W -254.90<br>W tym cukry -52.70<br>Bł -31.30<br>Sól – 7.80                                                                                                               | E kcal-2178.30<br>B -106.40<br>T -92.80<br>Kw tł. nas – 44.50<br>W -240.50<br>W tym cukry -53.60<br>Bł -26<br>Sól – 7.50                                                                                                          | E kcal-2512.70<br>B -120.70<br>T -93.90<br>Kw tł. nas –47.80<br>W -334.70<br>W tym cukry -88.50<br>Bł -29.70<br>Sól – 7.20                                                                                                             | E kcal-2221.20<br>B -107.70<br>T -94.60<br>Kw tł. nas –48.40<br>W -247.70<br>W tym cukry -45.50<br>Bł -28.10<br>Sól – 6.30                                                                                                                   | E kcal-2250<br>B -108<br>T -95<br>Kw tł. nas –48.30<br>W -243.50<br>W tym cukry -46<br>Bł -26<br>Sól – 7.30                                                                                                                                   | E kcal-2559.40<br>B -119.70<br>T -105.70<br>Kw tł. nas –54.30<br>W -297<br>W tym cukry -61.40<br>Bł -31.50<br>Sól – 9.10                                                                                                                    |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na pierwszej stronie dokumentu

| (D01) PODSTAWOWA          |                | (D05) ŁATWOSTRAWNA<br>z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                                                                   | (D11) PAKOWATA                                                                                                                                                                                                        | (D15) Cukrzycowo-<br>wątrobowa                                                                                                                                                                                            | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>pryswajalnych węglowodanów<br>(4 posiłkowa)                                                                                                                                                                                        | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>pryswajalnych węglowodanów<br>(6 posiłkowa)                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 29.06.2026r. PONIEDZIAŁEK | Śniadanie      | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb pszenno –żytni 100g ( <u>1,18</u> ), płatki owsiane na mleku 400ml ( <u>7,17</u> ), ser żółty 50g <u>7</u> , szpinak liście 5g, sałatka z sosem vinegret 80g ( <u>1,4</u> ), pomidorki cocktailowe 50g | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb 50g ( <u>1,18</u> ), bułki 50g <u>1</u> , płatki owsiane na mleku 400ml ( <u>7,17</u> ), ser homogenizowany 70g <u>7</u> , miód 50g, sok Kubaś 300ml                        | Kawa z mlekiem b/c 250ml ( <u>1, 7, 16, 18</u> ), masło 20g <u>7</u> , chleb 50g ( <u>1,18</u> ), graham 65g ( <u>1,16</u> ), serek homogenizowany 150g <u>7</u> , pomidorki cocktailowe 100g                             | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml ( <u>1, 7, 16, 18</u> ), masło 20g <u>7</u> , chleb 50g ( <u>1, 18</u> ), graham 65g ( <u>1,16</u> ), serek fromażowy 80g ( <u>7,1,6,4,2,9,10</u> ), pasztecik z drożdżami 50g ( <u>1,3,7,6</u> ), szpinak liście 5g, rzodkiewka 30g | Kawa z mlekiem b/cukru 250ml ( <u>1, 7, 16, 18</u> ), masło 20g <u>7</u> , chleb 50g ( <u>1, 18</u> ), graham 65g ( <u>1,16</u> ), serek fromażowy 80g ( <u>7, 1, 6, 4, 2,9,10</u> ), pasztecik z drożdżami 50g ( <u>1, 3, 7, 6</u> ), szpinak liście 5g, rzodkiewka 30g |
|                           | II śni         |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                   | Kiwi 2szt                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                           | Obiad          | Rosół z mak 400ml ( <u>1,7,9,3</u> ), wątróbka drobiowa duszona z cebulką 150g <u>1</u> , ziemniaki 200g <u>7</u> , surówka z czerwonej kapusty z olejem 150g, kompot z porzeczki 250ml                                                          | Barszcz ukraiński z ziemniakami 400ml ( <u>1,7,9</u> ), makaron warzywny z mięsem wołowym i jarzynami 350g, ( <u>1,3,7</u> ) sos koperkowy 100ml ( <u>1,7</u> ), sałata z pomidora b/s 100g, kompot z porzeczki 250ml | Barszcz ukraiński z ziemniakami 400ml ( <u>1,7,9</u> ), makaron warzywny z mięsem wołowym i jarzynami 350g, ( <u>1,3,7</u> ) sos koperkowy 100ml ( <u>1,7</u> ), sałata z pomidora b/s 100g, kompot z porzeczki b/c 250ml | Barszcz ukraiński z ziemniakami 400ml ( <u>1,7,9</u> ), makaron warzywny z mięsem wołowym i jarzynami 350g, ( <u>1,3,7</u> ) sos koperkowy 100ml ( <u>1,7</u> ), sałata z pomidora b/s 100g, kompot z porzeczki b/c 250ml                                         | Barszcz ukraiński z ziemniakami 400ml ( <u>1,7,9</u> ), makaron warzywny z mięsem wołowym i jarzynami 350g, ( <u>1,3,7</u> ) sos koperkowy 100ml ( <u>1,7</u> ), sałata z pomidora b/s 100g, kompot z porzeczki b/c 250ml                                                |
|                           | PD             |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                   | Kisiel z jabłkiem b/c 150ml                                                                                                                                                                                                                                              |
|                           | Kolacja        | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb pszenno –żytni 100g ( <u>1,18</u> ), filet z indyka wędzony 50g <u>6</u> , ogórek świeży 50g                                                                                                           | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb 50g ( <u>1,18</u> ), bułki 50g <u>1</u> , filet z indyka wędzony 50g <u>6</u> , jabłko pieczone 150g                                                                        | Herbata 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb 50g ( <u>1,18</u> ), bułki 50g <u>1</u> , grysik na mleku 400ml ( <u>1,7</u> ), filet z indyka wędzony 50g <u>6</u> , jabłko pieczone 150g                                      | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb pszenno –żytni 50g ( <u>1,18</u> ), graham 65g ( <u>1,16</u> ), filet z indyka wędzony 50g <u>6</u> , jabłko surowe 250g                                                                                        | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g <u>7</u> , chleb pszenno –żytni 50g ( <u>1,18</u> ), graham 65g ( <u>1,16</u> ), filet z indyka wędzony 50g <u>6</u> , jabłko surowe 250g                                                                                               |
|                           | PN             | Serek mini 35g <u>7</u> , chleb chrupki 2 szt ( <u>1.7.6.11.8</u> )                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                       | Serek mini 35g <u>7</u> , chleb chrupki 2 szt ( <u>1.7.6.11.8</u> )                                                                                                                                                       | Serek mini 35g <u>7</u> , chleb chrupki 2 szt ( <u>1.7.6.11.8</u> )                                                                                                                                                                                               | Serek mini 35g <u>7</u> , chleb chrupki 2 szt ( <u>1.7.6.11.8</u> )                                                                                                                                                                                                      |
|                           | Wart. odżywcza | E kcal-2649.80<br>B -122<br>T -117.10<br>Kw tł. nas –44.40<br>W -291.90<br>W tym cukry -47.50<br>Bł -31.20<br>Sól – 6.40                                                                                                                         | E kcal-2508.50<br>B -95.10<br>T -66<br>Kw tł. nas –36<br>W -414.70<br>W tym cukry -96.50<br>Bł -35<br>Sól – 4.20                                                                                                      | E kcal-3022.70<br>B -119.90<br>T -78.30<br>Kw tł. nas –44<br>W -473.50<br>W tym cukry -130.60<br>Bł -34.10<br>Sól – 5.20                                                                                                  | E kcal-2100<br>B -95.50<br>T -61.50<br>Kw tł. nas –35.30<br>W -253.20<br>W tym cukry -62.10<br>Bł -31.40<br>Sól – 7.40                                                                                                                                            | E kcal-22450<br>B -96<br>T -98<br>Kw tł. nas –45<br>W -305<br>W tym cukry -65.10<br>Bł -39<br>Sól – 6.50                                                                                                                                                                 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na pierwszej stronie dokumentu

| (D01) PODSTAWOWA    |                                                                                                                    | (D05) ŁATWOSTRAWNA<br>z ograniczeniem tłuszczu                                                                                                                                                      | (D 11) PAKOWATA                                                                                                                                                                                                                         | (D 15) Cukrzycowo- wątrobowa                                                                                                                                                                                 | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 4 posiłkowa)                                                                                                                                   | (D03) z ograniczeniem łatwo<br>przyswajalnych węglowodanów<br>( 6 posiłkowa)                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                 |
|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 30.06.2026r. WTOREK | Śniadanie                                                                                                          | Herbata 250ml ,masło 20g <sup>7</sup> , chleb pszenno –żytni 100g (1,18),pasta z twarogu i papryki św. ze szczyp. 70g <sup>7</sup> , kielbasa żywiecka 50g <sup>6</sup> , mus warzywno-owocowy 100g | Herbata 250ml,masło 20g <sup>7</sup> , chleb 50g (1,18), bułki 50g <sup>1</sup> ,grysik na mleku 400ml (1,7), pasta z twarogu i pomid św z pietr ziel 70g <sup>7</sup> , polędwica sopocka 50g <sup>6</sup> , mus warzywno-owocowy 100g | Herbata b/c 250ml , masło 20g <sup>7</sup> , chleb 50g (1,18),graham 65g <sup>1</sup> , pasta z twarogu i pomid św z pietr ziel 70g <sup>7</sup> , polędwica sopocka 50g <sup>6</sup> , jabłko pieczone 150g | Herbata b/cukru 250ml , masło 20g <sup>7</sup> , chleb 50g (1,18), graham 65g (1,16) , pasta z twarogu i papryki św ze szczyp 70g <sup>7</sup> , polędwica sopocka 50g <sup>6</sup> , pomidorki coctailowe 50g | Herbata b/cukru 250ml , masło 20g <sup>7</sup> , chleb 50g (1,18), graham 65g (1,16) , pasta z twarogu i papryki św ze szczyp. 70g <sup>7</sup> , polędwica sopocka 50g <sup>6</sup> , pomidorki coctailowe 50g       |                                                                                                                                                                 |
|                     | II śni                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                | Herbata b/c , graham 65g (1,16), masło 10g <sup>7</sup> , ogórek świeży 30g                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                 |
|                     | Obiad                                                                                                              | Pomidorowa z ryżem 400ml (1,7) , bitki z karczku piecz z pieczarkami 150g ,ziem 200g <sup>7</sup> , ćwikła z jabłkiem got i chrzanem 180g ,kompot z mieszanki owocowej 250ml                        | Pomidorowa z ryżem 400ml (1,7), pierś z indyka piecz w jarz 80g <sup>7</sup> ,sos koperkowy 70ml. (1,7) ćwikła z jabłkiem got. 180g <sup>7</sup> , kompota z mieszanki owocowej 250ml                                                   | Pomidorowa z ryżem 400ml (1,7), pierś z indyka piecz w jarz 80g <sup>7</sup> ,sos koperkowy 70ml. (1,7) ćwikła z jabłkiem got. 180g <sup>7</sup> , kompota z mieszanki owocowej 250ml                        | Pomidorowa z ryżem 400ml (1,7), pierś z indyka piecz w jarz 80g <sup>7</sup> ,sos koperkowy 70ml. (1,7) ćwikła z jabłkiem got. 180g <sup>7</sup> , kompota z mieszanki owocowej 250ml                          | Pomidorowa z ryżem 400ml (1,7), pierś z indyka piecz w jarz 80g <sup>7</sup> ,sos koperkowy 70ml. (1,7) ćwikła z jabłkiem got. 180g <sup>7</sup> , kalafior got świeży 150g. (1,7) kompota z mieszanki owocowej 250ml |                                                                                                                                                                 |
|                     | PD                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                | Sok gruszka-pietruszka - jabłko 250ml                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |
|                     | Kolacja                                                                                                            | Herbata 250ml,masło 20g <sup>7</sup> ,chleb pszenno –żytni 100g (1,18), pasta z jaj ze szczyp 90g (7,3), roszonek 5g, rzodkiewka 30g                                                                | Herbata 250ml,masło 20g <sup>7</sup> , chleb 50g(1,18),bułki 50g <sup>1</sup> , schab z majerankiem 50g <sup>6</sup> , roszonek 5g, sos warzywny z jog. 70g (7,9)                                                                       | Herbata 250ml,masło 20g <sup>7</sup> , chleb 50g (1,18), bułki 50g <sup>1</sup> , schab z majerankiem 50g <sup>6</sup> , roszonek 5g, sos warzywny z jog. 70g (7,9)                                          | Herbata 250ml , masło 20g <sup>7</sup> , chleb 50g.(1,18), graham 65g (1,16), schab z majerankiem 50g <sup>6</sup> , roszonek 5g, sos warzywny z jog. 70g ( 7,9)                                               | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g <sup>7</sup> ,chleb pszenno –żytni 50g (1,18), graham 65g (1,16), pasta z jaj ze szczyp. 90g (7,3),roszonek 5g, rzodkiewka 30g                                                       | Herbata b/cukru 250ml, masło 20g <sup>7</sup> ,chleb pszenno –żytni 50g (1,18), graham 65g (1,16), pasta z jaj ze szczyp. 90g (7,3),roszonek 5g, rzodkiewka 30g |
|                     | PN                                                                                                                 | Serek ziarnisty 150g <sup>7</sup>                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                         | Serek ziarnisty 150g <sup>7</sup>                                                                                                                                                                            | Serek ziarnisty 150g <sup>7</sup>                                                                                                                                                                              | Serek ziarnisty 150g <sup>7</sup>                                                                                                                                                                                     | Serek ziarnisty 150g <sup>7</sup>                                                                                                                               |
| Wart. odżywcza      | E kcal-2361.60<br>B -113<br>T -105.70<br>Kw tł. nas –47.80<br>W -253<br>W tym cukry -44<br>Bł -27.40<br>Sól – 6.10 | E kcal-1814.50<br>B -114.90<br>T -56.90<br>Kw tł. nas –32.50<br>W -220.40<br>W tym cukry -48<br>Bł -21.90<br>Sól – 5.20                                                                             | E kcal-2380.90<br>B -143.90<br>T -71.60<br>Kw tł. nas –41<br>W -300.70<br>W tym cukry -82.90<br>Bł -23.40<br>Sól – 6                                                                                                                    | E kcal-1914.50<br>B -117.50<br>T -57.50<br>Kw tł. nas –32.70<br>W -243.50<br>W tym cukry -54.40<br>Bł -29.80<br>Sól – 5.70                                                                                   | E kcal-2020.40<br>B -118.20<br>T -67<br>Kw tł. nas –35.40<br>W -253.60<br>W tym cukry -54.20<br>Bł -31.70<br>Sól – 6.10                                                                                        | E kcal-2944.50<br>B -137.90<br>T -130.70<br>Kw tł. nas – 56.90<br>W -323.70<br>W tym cukry -51.70<br>Bł -42.40<br>Sól – 10.80                                                                                         |                                                                                                                                                                 |

Numeryczne oznaczenie alergenów znajduje się na stronie pierwszej dokumentu