

	piątek 2026-05-01	sobota 2026-05-02	niedziela 2026-05-03	poniedziałek 2026-05-04	wtorek 2026-05-05	środa 2026-05-06	czwartek 2026-05-07
Śniadanie	<p>Chleb baltonowski 70g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mix sałat z rukolą 25g</p> <p>Zupa mleczna z zacierkami 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Jaja kurze całe (jaja), Mąka pszenna, typ 550 (gluten)</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Serek Almette śmietankowy 60g (mleko)</p> <p>E: 796.9, B: 31.96, T: 38.84, W: 82.67</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Płatki ryżowe</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Szynka wieprzowa 30g</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (jaja)</p> <p>E: 788.39, B: 32.47, T: 25.8, W: 109.45</p>	<p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 70g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Kasza manna na mleku 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Kasza manna (gluten)</p> <p>Hummus klasyczny 30g</p> <p>Szynka miodowa 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>E: 846.34, B: 29.4, T: 26.61, W: 127.65</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Płatki ryżowe</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Galaretka z kurczaka z warzywami 101g Składniki: Filety z kurczaka, Woda, Groszek zielony, Marchew, Żelatyna, Pieprz</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>E: 787.03, B: 39.64, T: 21.49, W: 112.36</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Szynka wiejska 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Owsianka 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Woda, Płatki owsiane (gluten)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (jaja)</p> <p>E: 716.24, B: 31.93, T: 27.37, W: 89.95</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</p> <p>Szynka z piersi kurczaka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Sałatka jarzynowa 120g Składniki: Seler korzeniowy (seler), Ziemniaki, Jaja kurze całe (jaja), Marchew, Groszek zielony, Ogórek kiszony, Jogurt typu greckiego (mleko), Kukurydza, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</p> <p>E: 775.52, B: 30.75, T: 22.87, W: 117.86</p>	<p>Chleb baltonowski 30g (gluten)</p> <p>Bułka grahamka 80g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Dżem morelowy 30g</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Rzodkiewka 50g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Kasza manna na mleku bez cukru 300g Składniki: Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko), Kasza manna (gluten)</p> <p>E: 812.25, B: 29.39, T: 20.43, W: 133.07</p>

	piątek 2026-05-01	sobota 2026-05-02	niedziela 2026-05-03	poniedziałek 2026-05-04	wtorek 2026-05-05	środa 2026-05-06	czwartek 2026-05-07	
Obiad	<p>Rosół 400g Składniki: Woda, Por, Pietruszka, Marchew, Makaron bezglutenowy (gluten), Cebula, Seler korzeniowy (seler), Liście laurowe, Czosnek, Pietruszka, Ziele angielskie</p> <p>Surówka z kiszanej kapusty (żywienie zbiorowe) 151g Składniki: Kapusta kiszona, Marchew, Pietruszka, Cebula, Kminek</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Ryba zapiekana w folii aluminiowej z masłem, koprem i cytryną 150g Składniki: Mintaj, filet bez skóry, świeży, Cytryna, Masło ekstra (mleko), Koperek</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 478.38, B: 30.12, T: 12.34, W: 72.5</p>	<p>Salata z jogurtem 150g Składniki: Salata, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Kurczak na parze z sosem ziołowym 150g Składniki: Pierś z kurczaka, Kefir, 2% tłuszczu (mleko), Cytryna, Oliwa z oliwek, Pietruszka, Szczypiorek, Cebula, Majeranek</p> <p>Zupa kalafiorowa z piersią kurczaka 400g Składniki: Kalafior, Pierś z kurczaka, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Ziemniaki, Cebula, Marchew, Koperek, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Ziele angielskie</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 564.84, B: 44.7, T: 12.71, W: 74.44</p>	<p>Surówka z czerwonej kapusty 150g Składniki: Kapusta czerwona, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Zupa z czerwonej soczewicy 400g Składniki: Woda, Seler korzeniowy (seler), Soczewica czerwona, Cebula, Marchew, Pietruszka, Bazylia, Czosnek</p> <p>Kotlet mielony pieczony 99g Składniki: Łopatka wieprzowa, Jaja kurze całe (jaja), Cebula, Olej rzepakowy</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 800.27, B: 44.78, T: 26.94, W: 106.42</p>	<p>Kasza bulgur (pszenica), gotowana 250g (gluten)</p> <p>Salata z jogurtem 150g Składniki: Salata, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</p> <p>Barszcz ukraiński z białą fasolą i udkiem z kurczaka 400g Składniki: Włoszczyzna (seler), Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Buraki, Pomidor, Fasola czerwona z puszki, Cebula, Masło ekstra (mleko), Koperek, Liście laurowe, Sok z cytryny, Ziele angielskie</p> <p>Schab duszony w białym sosie 150g Składniki: Schab wieprzowy, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko), Koperek, Olej rzepakowy</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 773.98, B: 57.52, T: 25.86, W: 89.93</p>	<p>Żurek 401g Składniki: Woda, Zakwas na żur, Jaja kurze całe (jaja), Kielbasa mazurska z indyka (gluten,mleko,soja,gorczycza,seler), Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, Ziemniaki, Por, Marchew, Grzyby suszone, Czosnek, Kmin rzymski, Liście laurowe, Majeranek, Ziele angielskie</p> <p>Kurczak pieczony z jabłkami w majeranku 150g Składniki: Udko kurczaka, Jabłko, Czosnek, Olej rzepakowy, Majeranek</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Surówka z buraków 100g Składniki: Buraki, Jabłko, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pietruszka</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g Składniki: Kapusta pekińska, Jabłko, Marchew, Pietruszka, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 694.06, B: 35.49, T: 25.42, W: 88.29</p>	<p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Zupa pomidorowa 399g Składniki: Pomidor, Woda, Ryż biały, Marchew, Groszek zielony, Pietruszka, Seler korzeniowy (seler), Cebula, Por, Bazylia, Oliwa z oliwek, Pietruszka</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty 150g Składniki: Kapusta czerwona, Jabłko, Cebula, Cytryna, Marchew, Olej rzepakowy, Pietruszka</p> <p>Pieczone roladki wieprzowe z dodatkami 150g Składniki: Schab wieprzowy, Marchew, Ogórek kiszony, Marchew, Pomidor, Musztarda (siarka,gorczycza), Olej rzepakowy, Oliwa z oliwek</p> <p>Sos do roladek wieprzowych 50g Składniki: Woda, Marchew, Seler korzeniowy (seler)</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 708.9, B: 38.21, T: 18.08, W: 107.47</p>	<p>Zupa krupnik 400g Składniki: Woda, Włoszczyzna (seler), Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Kasza jęczmienna, perłowa (gluten), Koperek, Pietruszka, Liście laurowe, Ziele angielskie</p> <p>Surówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny 150g Składniki: Seler korzeniowy (seler), Marchew, Cytryna, Olej rzepakowy</p> <p>Spaghetti z kurczakiem i szpinakiem 349g Składniki: Szpinak, Pierś z kurczaka, Makaron spaghetti (gluten,jaja), Cebula, Olej rzepakowy, Czosnek, Papryka</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 673.86, B: 44.83, T: 22.24, W: 84.05</p>	
	Podwieczorek	Budyń gotowy 200g (mleko)	Jabłko 160g	Gruszka 135g	Jabłko 160g	Galaretka z mandarynką 200g Składniki: Galaretka owocowa (po przyrządzeniu), Mandarynki	Kisiel z tartym jabłkiem 200g Składniki: Jabłko, Kisiel owocowy	Pomarańcza 240g
		E: 260, B: 2.9, T: 7.56, W: 45.2	E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36	E: 78.3, B: 0.81, T: 0.27, W: 19.44	E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36	E: 99.33, B: 2.67, T: 0.13, W: 22.14	E: 151, B: 0.7, T: 0.5, W: 37.8	E: 112.8, B: 2.16, T: 0.48, W: 27.12

	piątek 2026-05-01	sobota 2026-05-02	niedziela 2026-05-03	poniedziałek 2026-05-04	wtorek 2026-05-05	środa 2026-05-06	czwartek 2026-05-07
Kolacja	Ogórek kiszony 50g Chleb żytni razowy 30g (gluten) Masło ekstra 15g (mleko) Herbata czarna 250g Mix sałat z rozszponką 25g Chleb baltonowski 70g (gluten) Szynka z indyka 30g (gluten, soja, mleko, seler)	Masło ekstra 15g (mleko) Chleb baltonowski 70g (gluten) Chleb żytni razowy 30g (gluten) Herbata czarna 250g Polędwica sopocka 30g (gluten, soja, mleko, seler) Rukola 25g Papryka czerwona 50g	Masło ekstra 15g (mleko) Chleb baltonowski 70g (gluten) Chleb żytni razowy 30g (gluten) Herbata czarna 250g Ser twarogowy w plastrach 40g Zielona pasta jajeczna 50g Składniki: Jaja kurze całe, gotowane (jaja), Jogurt typu greckiego (mleko) , Szpinak, Pieprz, Pieprz ziołowy Papryka czerwona 50g Sałata 15g	Masło ekstra 15g (mleko) Chleb baltonowski 70g (gluten) Chleb żytni razowy 30g (gluten) Herbata czarna 250g Polędwica sopocka 30g (gluten, soja, mleko, seler) Rukola 25g Ogórek świeży 50g Serek Almette śmietankowy 30g (mleko)	Szynka parzona 30g (gluten, soja, mleko, seler) Masło ekstra 15g (mleko) Chleb baltonowski 70g (gluten) Chleb żytni razowy 30g (gluten) Herbata czarna 250g Sałata 15g Papryka żółta 50g Pieczony pasztet drobiowy 40g Składniki: Pierś z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler) , Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja) , Cebula, Por, Gałka muszkat., Marchew, Ziele angielskie	Masło ekstra 15g (mleko) Chleb baltonowski 70g (gluten) Chleb żytni razowy 30g (gluten) Herbata czarna 250g Ogórek świeży 50g Rozszponka 25g Szynka z indyka 30g (gluten, soja, mleko, seler) Twarożek grani z koperkiem 50g Składniki: Twarożek Domowy grani naturalny (mleko) , Koperek	Chleb baltonowski 70g (gluten) Chleb żytni razowy 30g (gluten) Masło ekstra 15g (mleko) Herbata czarna 250g Rozszponka 25g Ogórek kiszony 50g Szynka wiejska 30g (gluten, soja, mleko, seler) Paprykarz z białej ryby 60g Składniki: Morszczuk , filet, świeży, Ryż biały, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko) , Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka
	E: 427.55 , B: 18.51 , T: 15.55 , W: 56.22	E: 469.72 , B: 21.11 , T: 17.8 , W: 59.89	E: 563.61 , B: 16.95 , T: 29.32 , W: 61.69	E: 485.65 , B: 16.52 , T: 22.53 , W: 57.42	E: 438.25 , B: 18.31 , T: 16.05 , W: 58.66	E: 438.23 , B: 18.26 , T: 16.36 , W: 57.38	E: 459.88 , B: 20.18 , T: 16.32 , W: 61.24
Posiłek nocny	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko) E: 52 , B: 4 , T: 1.5 , W: 5.5	Kefir , 1,5% tłuszczu 200g (mleko) E: 86 , B: 6.2 , T: 3 , W: 8.4	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko) E: 52 , B: 4 , T: 1.5 , W: 5.5	Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 200g (mleko) E: 96 , B: 7 , T: 3 , W: 10	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko) E: 52 , B: 4 , T: 1.5 , W: 5.5	Banan 130g E: 126.1 , B: 1.3 , T: 0.39 , W: 30.55	Kefir , 1,5% tłuszczu 200g (mleko) E: 86 , B: 6.2 , T: 3 , W: 8.4

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14
Śniadanie	<p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Chleb baltonowski 70g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Papryka czerwona 50g</p> <p>Roszponka 25g</p> <p>Szynka wiejska 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (jaja)</p> <p>Zupa mleczna z makaronem pszennym 301g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Makaron bezglutenowy (gluten)</p> <p>E: 677.68, B: 31.45, T: 26.13, W: 82.7</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Półdewica z piersi kurczaka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Zupa mleczna z kluskami lanymi 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Jaja kurze całe (jaja), Mąka pszenna typ 500, z witaminami (gluten)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Serek Almette śmietankowy 30g (mleko)</p> <p>E: 788.05, B: 36.09, T: 34.28, W: 87.35</p>	<p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Szynka wieprzowa 30g</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Bułka kajzerka 60g (gluten)</p> <p>Pieczony paszтет drobiowy 40g Składniki: Pierś z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja), Cebula, Por, Gałka muszkata., Marchew, Ziele angielskie</p> <p>Zupa mleczna z ryżem 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Ryż biały</p> <p>E: 735.71, B: 31.31, T: 22.79, W: 104.78</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Szynka wiejska 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</p> <p>Pasta z czerwonej fasoli 50g Składniki: Fasola czerwona z puszki, Cebula, Pomidory suszone, Oliwa z suszonych pomidorów, Pieprz, Sól, Tymianek</p> <p>E: 784.92, B: 29.55, T: 23.54, W: 119.55</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mix sałat z rukolą 25g</p> <p>Zupa mleczna z zacierkami 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Jaja kurze całe (jaja), Mąka pszenna, typ 550 (gluten)</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Lekkostrawna pasta z marchewki i kurczaka 50g Składniki: Marchew, Pierś z kurczaka, Olej lniany, Pietruszka, Majeranek, Ziele angielskie</p> <p>E: 779.81, B: 32.04, T: 37.07, W: 82.9</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</p> <p>Szynka z piersi kurczaka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Ser twarogowy w plastrach 40g</p> <p>E: 823.16, B: 29.8, T: 32.06, W: 108.55</p>	<p>Chleb baltonowski 70g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Szynka wiejska 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Owsianka 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Woda, Płatki owsiane (gluten)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (jaja)</p> <p>E: 716.24, B: 31.93, T: 27.37, W: 89.95</p>

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14	
Obiad	Zupa jarzynowa (400 g) 400g Składniki: Woda, Brokuły, <u>Jaja</u> <u>kurze całe (jaja)</u> , Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, <u>Kasza</u> <u>manna (gluten)</u> , Por, <u>Masło ekstra</u> <u>(mleko)</u>	Surówka z marchewki z porą 150g Składniki: Marchew, Por, <u>Jogurt</u> <u>naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</u> , Pieprz	Ziemniaki 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami (400 g) 400g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna</u> <u>(seler)</u> , Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Cebula, <u>Jogurt</u> <u>naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Ogórek kiszony, Czosnek, Koperek, Liście laurowe, Olej rzepakowy, Ziele angielskie	Rosół 400g Składniki: Woda, Por, Pietruszka, Marchew, <u>Makaron bezglutenowy</u> <u>(gluten)</u> , Cebula, <u>Seler korzeniowy</u> <u>(seler)</u> , Liście laurowe, Czosnek, Pietruszka, Ziele angielskie	Banan 130g	Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek	
	Surówka obiadowa z ogórków świeżych, kiszonych i koperku 150g Składniki: Ogórek świeży, Ogórek kiszony, Olej rzepakowy, Koperek, Szcypior	Kasza <u>jęczmienna</u> , pęczak, gotowana 250g (<u>gluten</u>)	Surówka z białej kapusty z marchewką i koperkiem 151g Składniki: Kapusta biała, Marchew, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz	Udka z kurczaka z warzywami pieczone w rękawie 149g Składniki: Udka kurczaka, Pomidor, Cukinia, Marchew, Limonka, Koncentrat pomid. 30%, Czosnek, Papryka	Surówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny 101g Składniki: <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Marchew, Cytryna, Olej rzepakowy	Surówka z czerwonej kapusty 100g Składniki: Kapusta czerwona, Jabłko, Cebula, Cytryna, Marchew, Olej rzepakowy, Pietruszka	Surówka z buraków 100g Składniki: Buraki, Jabłko, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pietruszka	Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g Składniki: Kapusta pekińska, Jabłko, Marchew, Pietruszka, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny
	Ziemniaki 250g	Zupa z fasolką, ziemniakami i mięsem z kurczaka 400g Składniki: Woda, Ziemniaki, Pierś z kurczaka, Fasola szparagowa, Soczewica czerwona, Cebula, Woda, Oliwa z oliwek, Pieprz	Krem z białych warzyw 400g Składniki: Kalafor, <u>Seler</u> <u>korzeniowy (seler)</u> , Pietruszka, Por, Pietruszka, Cukinia, Dynia, Olej rzepakowy, Gałka muszk., Pieprz	Udka z kurczaka z warzywami pieczone w rękawie 149g Składniki: Udka kurczaka, Pomidor, Cukinia, Marchew, Limonka, Koncentrat pomid. 30%, Czosnek, Papryka	Surówka z kiszzonej kapusty (żywienie zbiorowe) 100g Składniki: Kapusta kiszona, Marchew, Pietruszka, Cebula, Kminek	Gołąbki ekspresowe z kapustą pekińską 150g Składniki: Przecier pomidorowy, Kapusta pekińska, Mielone z indyka, Ryż basmati, <u>Jaja kurze</u> <u>całe (jaja)</u> , <u>Kasza manna (gluten)</u> , Mąka kukurydziana, Olej rzepakowy	Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g Składniki: Kapusta pekińska, Jabłko, Marchew, Pietruszka, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny	Zupa brokułowa 400g Składniki: <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Brokuły, Ziemniaki, Woda, Olej rzepakowy, Koperek, Czosnek
	Ryba po grecku pieczona 150g Składniki: <u>Dorsz, świeży, filety bez</u> <u>skóry (ryby)</u> , Pietruszka, Olej rzepakowy, Marchew, Koncentrat pomid. 30%	Sos koperkowy 50g Składniki: <u>Jogurt naturalny, 1,5%</u> <u>tłuszczu (mleko)</u> , Woda, Koperek	Gotowany gulasz wieprzowy 150g Składniki: Łopata wieprzowa, Marchew, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Cebula, Papryka, Pieprz	Buraki gotowane skropione oliwą 200g Składniki: Buraki, Oliwa z oliwek	Surówka z kiszzonej kapusty (żywienie zbiorowe) 100g Składniki: Kapusta kiszona, Marchew, Pietruszka, Cebula, Kminek	Zupa grysikowa 400g Składniki: Bulion warzywny w stoiku (przed przygotowaniem), <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Pierś z kurczaka, Marchew, Udka kurczaka, Pietruszka, <u>Kasza manna</u> <u>(gluten)</u> , Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie	Zupa brokułowa 400g Składniki: <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Brokuły, Ziemniaki, Woda, Olej rzepakowy, Koperek, Czosnek	Bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym 150g Składniki: Schab wieprzowy, Cebula, <u>Mąka pszenna, typ 500</u> <u>(gluten)</u> , Olej rzepakowy, Ziele angielskie, Liście laurowe, Pieprz
	Herbata owocowa 250g	Pieczone eskalopki drobiowe 150g Składniki: Pierś z kurczaka, <u>Jaja</u> <u>kurze całe (jaja)</u> , <u>Mąka pszenna,</u> <u>typ 500 (gluten)</u> , Olej rzepakowy	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek	Duszona pierś kurczaka w sosie pomidorowym 150g Składniki: Pierś z kurczaka, Passata - przetarte pomidory, Cebula, Koncentrat pomid. 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek	Bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym 150g Składniki: Schab wieprzowy, Cebula, <u>Mąka pszenna, typ 500</u> <u>(gluten)</u> , Olej rzepakowy, Ziele angielskie, Liście laurowe, Pieprz	Herbata owocowa 250g
	E: 703.29, B: 31, T: 35.01, W: 71.57	E: 743.23, B: 52.38, T: 17.16, W: 100.76	E: 629.26, B: 31.92, T: 22.15, W: 87.69	E: 633.69, B: 34.03, T: 24.06, W: 79.27	E: 504.99, B: 33.89, T: 11.05, W: 78.95	E: 705.23, B: 29.88, T: 13.56, W: 123.05	E: 787.42, B: 40.39, T: 29.01, W: 104.95	
Podwieczorek	Galaretką z jabłkiem 200g Składniki: Galaretką owocowa (po przyrządzeniu), Jabłko	Banan 130g	Kisiel z jagodami 200g Składniki: Kisiel owocowy, Jagody leśne (czarne jagody)	Banan 130g	Herbatniki 30g (<u>gluten, soja,</u> <u>mleko</u>)	Jabłko 160g	Banan 130g	
	E: 102.4, B: 2.36, T: 0.32, W: 22.88	E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55	E: 177.12, B: 0.85, T: 0.45, W: 44.68	E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55	E: 130.8, B: 2.46, T: 3.3, W: 23.04	E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36	E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55	

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14
Kolacja	<p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>gluten</u>)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Szynka miódowa 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mix sałat z burakiem 25g</p> <p>Kremowy twarożek z ricottą 50g Składniki: Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko), Ser Ricotta (mleko), Pietruszka</p> <p>E: 467.9, B: 19.89, T: 16.94, W: 61.92</p>	<p>Chleb żytni razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Papryka czerwona 50g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>gluten</u>)</p> <p>Szynka kanapkowa 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Hummus 30g (<u>sezam</u>)</p> <p>E: 479.2, B: 15.31, T: 20.55, W: 62.78</p>	<p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>gluten</u>)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Szynka z indyka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>)</p> <p>E: 471, B: 19.74, T: 19.86, W: 56.37</p>	<p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Polędwica sopočka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Papryka czerwona 50g</p> <p>Dżem brzoskwiinowy 30g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>gluten</u>)</p> <p>E: 461.8, B: 14.66, T: 15.44, W: 69.62</p>	<p>Ogórek kiszony 50g</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Mix sałat z roszponką 25g</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>gluten</u>)</p> <p>Szynka miódowa 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Ser twarogowy w plastrach 30g</p> <p>E: 501, B: 15.99, T: 23.5, W: 59.07</p>	<p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>gluten</u>)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Roszonka 25g</p> <p>Szynka z indyka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Twarożek grani z koperkiem 50g Składniki: Twarożek Domowy grani naturalny (mleko), Koperek</p> <p>E: 438.23, B: 18.26, T: 16.36, W: 57.38</p>	<p>Szynka parzona 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Chleb baltonowski 70g (<u>gluten</u>)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Salata 15g</p> <p>Papryka żółta 50g</p> <p>Pasta jajeczna z koperkiem 50g Składniki: Jaja kurze całe (jaja), Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko), Koperek</p> <p>E: 458.06, B: 17.3, T: 18.48, W: 59.02</p>
Posiłek nocny	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Gruszka 130g</p> <p>E: 75.4, B: 0.78, T: 0.26, W: 18.72</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>Jabłko 160g</p> <p>E: 132, B: 4.64, T: 2.14, W: 24.86</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne

	piątek 2026-05-01	sobota 2026-05-02	niedziela 2026-05-03	poniedziałek 2026-05-04	wtorek 2026-05-05	środa 2026-05-06	czwartek 2026-05-07
Śniadanie	Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Herbata czarna 250g Pomidor 50g Mix sałat z rukolą 25g Zupa mleczna z zacierkami 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Jaja kurze całe (jaja), Mąka pszenna, typ 550 (gluten) Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Serek Almette śmietankowy 60g (<u>mleko</u>) E: 805 , B: 32.29 , T: 38.78 , W: 83.75	Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Pomidor 50g Sałata 25g Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko) , Płatki ryżowe Herbata czarna 250g Szynka wieprzowa 30g Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>) Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>) E: 798.99 , B: 32.9 , T: 25.79 , W: 111.13	Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>) Sałata 25g Herbata czarna 250g Pomidor 50g Kasza manna na mleku 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Kasza manna (gluten) Dżem truskawkowy niskosłodzony 30g Szynka miodowa 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) E: 818.74 , B: 27.45 , T: 20.31 , W: 135.15	Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Pomidor 50g Sałata 25g Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko) , Płatki ryżowe Herbata czarna 250g Galaretka z kurczaka z warzywami 100g Składniki: Filety z kurczaka, Woda, Marchew, Żelatyna, Pieprz Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) E: 796.62 , B: 41.3 , T: 21.51 , W: 112.2	Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Herbata czarna 250g Sałata 25g Pomidor 50g Szynka wiejska 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Owsianka 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko) , Woda, Płatki owsiane (gluten) Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>) Kurczak pieczony z jabłkami w majeranku 150g Składniki: Udko kurczaka, Jabłko, Czosnek, Olej rzepakowy, Majeranek Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek Surówka z buraków 150g Składniki: Buraki, Jabłko, Marchew, Oliwa z oliwek, Pietruszka Zupa krem Marchwianka 401g Składniki: Marchew, Ryż biały, Sól Herbata owocowa 250g E: 797.16 , B: 30.63 , T: 22.39 , W: 129.61	Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Herbata czarna 250g Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Kasza jęczmienna, perłowa (gluten) Szynka z piersi kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Sałata 25g Sałatka jarzynowa 150g Składniki: Seler korzeniowy (seler) , Ziemniaki, Jaja kurze całe (jaja) , Marchew, Pomidor, Jogurt typu greckiego (mleko), Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko) Zupa pomidorowa 399g Składniki: Pomidor, Woda, Ryż biały, Marchew, Groszek zielony, Pietruszka, Seler korzeniowy (seler) , Cebula, Por, Bazylia, Oliwa z oliwek, Pietruszka Pieczone roladki wieprzowe z dodatkami 150g Składniki: Schab wieprzowy, Marchew, Pomidor, Marchew, Pomidor, Musztarda (siarka, gorczyca) , Olej rzepakowy, Oliwa z oliwek Sos do roladek wieprzowych 50g Składniki: Woda, Marchew, Seler korzeniowy (seler) Marchew gotowana skropiona oliwą 151g Składniki: Marchew, Oliwa z oliwek Herbata owocowa 250g E: 800.83 , B: 32.18 , T: 23.72 , W: 120.16	Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Herbata czarna 250g Rzodkiewka 50g Sałata 25g Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Chleb baltonowski 30g (<u>gluten</u>) Bułka grahamka 80g (<u>gluten</u>) Kasza manna na mleku bez cukru 300g Składniki: Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko), Kasza manna (gluten) Dżem morelowy 30g E: 812.25 , B: 29.39 , T: 20.43 , W: 133.07
Obiad	Rosół 400g Składniki: Woda, Por, Pietruszka, Marchew, Makaron bezglutenowy (gluten) , Cebula, Seler korzeniowy (seler) , Liście laurowe, Czosnek, Pietruszka, Ziele angielskie Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek Ryba zapiekana w folii aluminiowej z masłem, koprem i cytryną 150g Składniki: Mintaj , filet bez skóry, świeży, Cytryna, Masło ekstra (mleko) , Koperek Marchew gotowana skropiona oliwą 151g Składniki: Marchew, Oliwa z oliwek Herbata owocowa 250g E: 548.88 , B: 29.32 , T: 19.6 , W: 71.84	Sałata z jogurtem 150g Składniki: Sałata, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko) Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek Kurczak na parze z sosem ziołowym 150g Składniki: Pierś z kurczaka, Kefir, 2% tłuszczu (mleko) , Cytryna, Oliwa z oliwek, Pietruszka, Szcypiorek, Cebula, Majeranek Zupa z białych warzyw z piersią kurczaka 400g Składniki: Pietruszka, Pierś z kurczaka, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko) , Ziemniaki, Cebula, Marchew, Koperek, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Ziele angielskie Herbata owocowa 250g E: 614.98 , B: 45.15 , T: 13.38 , W: 87.02	Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek Kotlet mielony pieczony 100g Składniki: Łopatka wieprzowa, Jaja kurze całe (jaja) , Cebula, Olej rzepakowy Buraki gotowane skropione oliwą 151g Składniki: Buraki, Oliwa z oliwek Ziemniaki 150g Herbata owocowa 250g Zupa krem cukinia-ziemniaki 400g Składniki: Woda, Cukinia, Ziemniaki, Chleb pszenny (gluten) , Cebula, Jogurt typu greckiego (mleko) , Oliwa z oliwek, Czosnek, Koperek, Kostka rosółowa warzywna (seler) , Pieprz E: 771.08 , B: 31.96 , T: 26.82 , W: 106.13	Kasza bulgur (pszenica), gotowana 250g (<u>gluten</u>) Sałata z jogurtem 150g Składniki: Sałata, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko) Barszcz z udkiem z kurczaka 376g Składniki: Włoszczyzna (seler) , Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Buraki, Pomidor, Cebula, Masło ekstra (mleko) , Koperek, Liście laurowe, Sok z cytryny, Ziele angielskie Schab duszony w białym sosie 150g Składniki: Schab wieprzowy, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko) , Koperek, Olej rzepakowy Herbata owocowa 250g E: 744.34 , B: 55.61 , T: 25.61 , W: 84.79	Kurczak pieczony z jabłkami w majeranku 150g Składniki: Udko kurczaka, Jabłko, Czosnek, Olej rzepakowy, Majeranek Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek Surówka z buraków 150g Składniki: Buraki, Jabłko, Marchew, Oliwa z oliwek, Pietruszka Zupa krem Marchwianka 401g Składniki: Marchew, Ryż biały, Sól Herbata owocowa 250g E: 797.16 , B: 30.63 , T: 22.39 , W: 129.61	Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek Zupa pomidorowa 399g Składniki: Pomidor, Woda, Ryż biały, Marchew, Groszek zielony, Pietruszka, Seler korzeniowy (seler) , Cebula, Por, Bazylia, Oliwa z oliwek, Pietruszka Pieczone roladki wieprzowe z dodatkami 150g Składniki: Schab wieprzowy, Marchew, Pomidor, Marchew, Pomidor, Musztarda (siarka, gorczyca) , Olej rzepakowy, Oliwa z oliwek Sos do roladek wieprzowych 50g Składniki: Woda, Marchew, Seler korzeniowy (seler) Marchew gotowana skropiona oliwą 151g Składniki: Marchew, Oliwa z oliwek Herbata owocowa 250g E: 733.77 , B: 37.32 , T: 21.82 , W: 106.73	Zupa krupnik 400g Składniki: Woda, Włoszczyzna (seler) , Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Kasza jęczmienna, perłowa (gluten) , Koperek, Pietruszka, Liście laurowe, Ziele angielskie Surówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny 150g Składniki: Seler korzeniowy (seler) , Marchew, Cytryna, Olej rzepakowy Spaghetti z kurczakiem i szpinakiem 350g Składniki: Szpinak, Pierś z kurczaka, Makaron spaghetti (gluten, jaja) , Olej rzepakowy, Papryka Herbata owocowa 250g E: 687.79 , B: 46.24 , T: 23 , W: 84.32

	piątek 2026-05-01	sobota 2026-05-02	niedziela 2026-05-03	poniedziałek 2026-05-04	wtorek 2026-05-05	środa 2026-05-06	czwartek 2026-05-07
Podwieczorek	Budyń gotowy 200g (<u>mleko</u>) E: 260 , B: 2.9 , T: 7.56 , W: 45.2	Jabłko 160g E: 80 , B: 0.64 , T: 0.64 , W: 19.36	Banan 130g E: 126.1 , B: 1.3 , T: 0.39 , W: 30.55	Jabłko 160g E: 80 , B: 0.64 , T: 0.64 , W: 19.36	Galaretka z mandarynką 200g Składniki: Galaretka owocowa (po przyrządzeniu), Mandarynki E: 99.18 , B: 2.66 , T: 0.13 , W: 22.1	Kisiel z tartym jabłkiem 200g Składniki: Jabłko, Kisiel owocowy E: 151 , B: 0.7 , T: 0.5 , W: 37.8	Banan 130g E: 126.1 , B: 1.3 , T: 0.39 , W: 30.55
Kolacja	Pomidor 50g Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Herbata czarna 250g Mix sałat z rozponką 25g Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>) Szynka z indyka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Pieczony pasztet drobiowy 40g Składniki: Pierś z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler) , Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja) , Cebula, Por, Gałka muszk., Marchew, Ziele angielskie E: 439.12 , B: 19.04 , T: 15.44 , W: 58.14	Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g Połędwica sopocka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Rukola 25g Marchew 50g Twarożek grani z koperkiem 60g Składniki: Twarożek Domowy grani naturalny (mleko) , Koperek E: 478.37 , B: 21.29 , T: 17.59 , W: 62.02	Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g Ser twarogowy w plastrach 40g Zielona pasta jajeczna 50g Składniki: Jaja kurze całe, gotowane (jaja) , Jogurt typu greckiego (mleko) , Szpinak, Pieprz, Pieprz ziołowy Marchew 50g Sałata 15g E: 572.21 , B: 17.13 , T: 29.11 , W: 63.82	Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g Połędwica sopocka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Rukola 25g Pomidor 50g Serek Almette śmietankowy 30g (<u>mleko</u>) E: 496.25 , B: 16.95 , T: 22.52 , W: 59.1	Szynka parzona 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g Sałata 15g Pomidor 50g Pieczony pasztet drobiowy 40g Składniki: Pierś z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler) , Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja) , Cebula, Por, Gałka muszk., Marchew, Ziele angielskie E: 442.22 , B: 18.57 , T: 15.98 , W: 58.62	Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>) Herbata czarna 250g Pomidor 50g Rozzponka 25g Szynka z indyka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Twarożek grani z koperkiem 50g Składniki: Twarożek Domowy grani naturalny (mleko) , Koperek E: 448.83 , B: 18.69 , T: 16.35 , W: 59.06	Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>) Herbata czarna 250g Rozzponka 25g Pomidor 50g Szynka wiejska 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Paprykarz z białej ryby 60g Składniki: Morszczuk , filet, świeży, Ryż biały, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko) , Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka E: 471.48 , B: 20.71 , T: 16.21 , W: 63.16
Posiłek nocny	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>) E: 52 , B: 4 , T: 1.5 , W: 5.5	Kefir , 1,5% tłuszczu 200g (<u>mleko</u>) E: 86 , B: 6.2 , T: 3 , W: 8.4	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>) E: 52 , B: 4 , T: 1.5 , W: 5.5	Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 200g (<u>mleko</u>) E: 96 , B: 7 , T: 3 , W: 10	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>) E: 52 , B: 4 , T: 1.5 , W: 5.5	Banan 130g E: 126.1 , B: 1.3 , T: 0.39 , W: 30.55	Kefir , 1,5% tłuszczu 200g (<u>mleko</u>) E: 86 , B: 6.2 , T: 3 , W: 8.4

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14
Śniadanie	<p>Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Marchew 50g</p> <p>Roszpinka 25g</p> <p>Szynka wiejska 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>)</p> <p>Zupa mleczna z makaronem pszennym 301g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Makaron bezjajeczny (gluten)</u></p> <p>E: 686.28, B: 31.63, T: 25.92, W: 84.83</p>	<p>Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Półdewica z piersi kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Zupa mleczna z kluskami lanymi 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Mąka pszenna typ 500, z witaminami (gluten)</u></p> <p>Sałata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Serek Almette śmietankowy 30g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 796.15, B: 36.42, T: 34.22, W: 88.43</p>	<p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Szynka wieprzowa 30g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Bułka kajzerka 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Zupa mleczna z ryżem 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Ryż biały</p> <p>Twarożek Domowy grani naturalny 60g (<u>mleko</u>)</p> <p>Chleb baltonowski 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>E: 941.68, B: 37.52, T: 26.31, W: 141.69</p>	<p>Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Szynka wiejska 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</u></p> <p>Ser twarogowy w plastrach 40g</p> <p>E: 851.26, B: 30.35, T: 33.08, W: 112.29</p>	<p>Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mix sałat z rukolą 25g</p> <p>Zupa mleczna z zacierkami 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Mąka pszenna, typ 550 (gluten)</u></p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Lekkostrawna pasta z marchewki i kurczaka 50g Składniki: Marchew, Pierś z kurczaka, Olej lniany, Pietruszka, Majeranek, Ziele angielskie</p> <p>E: 787.91, B: 32.37, T: 37.01, W: 83.98</p>	<p>Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</u></p> <p>Szynka z piersi kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Ser twarogowy w plastrach 40g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>E: 840.76, B: 30.58, T: 32.1, W: 111.68</p>	<p>Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Szynka wiejska 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Owsianka 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Woda, <u>Płatki owsiane (gluten)</u></p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>)</p> <p>E: 724.34, B: 32.26, T: 27.31, W: 91.03</p>

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14
Obiad	Zupa jarzynowa (400 g) 400g Składniki: Woda, Brokuły, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, <u>Kasza manna (gluten)</u> , Por, <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Surówka z marchewki 150g Składniki: Marchew, <u>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</u> , Pieprz	Ziemniaki 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami (400 g) 400g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Cebula, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Pomidor, Czosnek, Koperek, Liście laurowe, Olej rzepakowy, Ziele angielskie	Rosół 400g Składniki: Woda, Por, Pietruszka, Marchew, <u>Makaron bezglutenowy (gluten)</u> , Cebula, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Liście laurowe, Czosnek, Pietruszka, Ziele angielskie	Gołąbki ekspresowe 113g Składniki: Przecier pomidorowy, Mielone z indyka, Ryż basmati, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Kasza manna (gluten)</u> , Mąka kukurydziana, Olej rzepakowy	Kompot z truskawek 250g Składniki: Woda, Truskawki
	Ziemniaki 250g	Kasza jęczmienna , perłowa, gotowana 250g (<u>gluten</u>)	Surówka z marchewka i koperkiem 150g Składniki: Marchew, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz	Krem z białych warzyw 400g Składniki: Kalafior, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Pietruszka, Por, Pietruszka, Cukinia, Dynia, Olej rzepakowy, Gałka muszkata, Pieprz	Surówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny 150g Składniki: <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Marchew, Cytryna, Olej rzepakowy	Zupa grysikowa 401g Składniki: Bulion warzywny w słoiku (przed przygotowaniem), <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Pierś z kurczaka, Marchew, Udko kurczaka, Pietruszka, <u>Kasza manna (gluten)</u> , Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie	Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek
	Ryba po grecku pieczona 150g Składniki: <u>Dorsz, świeży, filety bez skóry (ryby)</u> , Pietruszka, Olej rzepakowy, Marchew, Koncentrat pomid. 30%	Zupa z fasolką, ziemniakami i mięsem z kurczaka 401g Składniki: Woda, Ziemniaki, Pierś z kurczaka, Fasola szparagowa, Soczewica czerwona, Cebula, Woda, Oliwa z oliwek, Pieprz	Krem z białych warzyw 400g Składniki: Kalafior, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Pietruszka, Por, Pietruszka, Cukinia, Dynia, Olej rzepakowy, Gałka muszkata, Pieprz	Udka z kurczaka z warzywami pieczone w rękawie 149g Składniki: Udko kurczaka, Pomidor, Cukinia, Marchew, Limonka, Koncentrat pomid. 30%, Czosnek, Papryka	Surówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny 150g Składniki: <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Marchew, Cytryna, Olej rzepakowy	Zupa z kurczaka w sosie pomidorowym 150g Składniki: Pierś z kurczaka, Passata - przetarte pomidory, Cebula, Koncentrat pomid. 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek	Zupa warzywna z ziemniakami 400g Składniki: <u>Włoszczyzna (seler)</u> , <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Ziemniaki, Woda, Olej rzepakowy, Koperek, Czosnek
	Buraki gotowane skropione oliwą 151g Składniki: Buraki, Oliwa z oliwek	Sos koperkowy 50g Składniki: <u>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</u> , Woda, Koperek	Gotowany gulasz drobiowy 150g Składniki: Pierś z kurczaka, Marchew, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Cebula, Papryka, Pieprz	Udka z kurczaka z warzywami pieczone w rękawie 149g Składniki: Udko kurczaka, Pomidor, Cukinia, Marchew, Limonka, Koncentrat pomid. 30%, Czosnek, Papryka	Duszona pierś kurczaka w sosie pomidorowym 150g Składniki: Pierś z kurczaka, Passata - przetarte pomidory, Cebula, Koncentrat pomid. 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek	Ziemiański z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek	Surówka z buraków 148g Składniki: Buraki, Jabłko, Marchew, Oliwa z oliwek, Pietruszka
	Herbata owocowa 250g	Pieczone eskalopki drobiowe 150g Składniki: Pierś z kurczaka, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u> , Olej rzepakowy	Herbata owocowa 250g	Buraki gotowane skropione oliwą 200g Składniki: Buraki, Oliwa z oliwek	Duszona pierś kurczaka w sosie pomidorowym 150g Składniki: Pierś z kurczaka, Passata - przetarte pomidory, Cebula, Koncentrat pomid. 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek	Ziemiański z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek	Herbata owocowa 250g
	E: 719.65, B: 32.07, T: 33.16, W: 79.55	E: 735.24, B: 50.51, T: 17.26, W: 101.27	E: 691.71, B: 31.87, T: 28.8, W: 88.95	E: 634.39, B: 34.07, T: 24.05, W: 79.44	E: 514.65, B: 33.17, T: 13.11, W: 75.05	E: 708.49, B: 28.21, T: 17.88, W: 114.91	E: 668.08, B: 33.24, T: 21.2, W: 99.38
Podwieczorek	Galaretkę z jabłkiem 200g Składniki: Galaretkę owocową (po przyrządzeniu), Jabłko	Banan 130g	Kisiel z jagodami 200g Składniki: Kisiel owocowy, Jagody leśne (czarne jagody)	Banan 130g	Herbatniki 30g (<u>gluten, soja, mleko</u>)	Jabłko 160g	Banan 130g
	E: 102.4, B: 2.36, T: 0.32, W: 22.88	E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55	E: 176.9, B: 0.85, T: 0.45, W: 44.63	E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55	E: 130.8, B: 2.46, T: 3.3, W: 23.04	E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36	E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55
Kolacja	Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)	Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)	Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)	Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)	Pomidor 50g	Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)	Szynka parzona 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)
	Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)	Salata 25g	Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)	Herbata czarna 250g	Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)	Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)	Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)
	Herbata czarna 250g	Marchew 50g	Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)	Herbata czarna 250g	Herbata czarna 250g	Herbata czarna 250g	Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)
	Szynka miódowa 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)	Herbata czarna 250g	Herbata czarna 250g	Polędwica sopocka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)	Mix sałat z rosłonką 25g	Pomidor 50g	Herbata czarna 250g
	Pomidor 50g	Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)	Salata 25g	Salata 25g	Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)	Rosłonka 25g	Salata 15g
	Mix sałat z burakiem 25g	Szynka kanapkowa 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)	Pomidor 50g	Marchew 50g	Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)	Szynka z indyka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)	Pomidor 50g
	Kremowy twarożek z ricottą 50g Składniki: <u>Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko)</u> , <u>Ser Ricotta (mleko)</u> , Pietruszka	Hummus 30g (<u>sezam</u>)	Szynka z indyka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)	Dżem brzoskwiński 30g	Szynka miódowa 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)	Twarożek grani z koperkiem 50g Składniki: <u>Twarożek Domowy grani naturalny (mleko)</u> , Koperek	Pasta jajeczna z koperkiem 50g Składniki: <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</u> , Koperek
	E: 476, B: 20.22, T: 16.88, W: 63	E: 487.8, B: 15.49, T: 20.34, W: 64.91	E: 481.6, B: 20.17, T: 19.85, W: 58.05	E: 470.4, B: 14.84, T: 15.23, W: 71.75	E: 512.6, B: 16.52, T: 23.39, W: 60.99	E: 448.83, B: 18.69, T: 16.35, W: 59.06	E: 462.12, B: 17.58, T: 18.4, W: 58.99

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14
Posiłek nocny	Jabłko 160g E: 80 , B: 0.64 , T: 0.64 , W: 19.36	<u>Jogurt</u> naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>) E: 52 , B: 4 , T: 1.5 , W: 5.5	Wafle ryżowe 20g E: 75.6 , B: 1.64 , T: 0.46 , W: 16.56	<u>Jogurt</u> naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>) E: 52 , B: 4 , T: 1.5 , W: 5.5	<u>Jogurt</u> naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>) Jabłko 160g E: 132 , B: 4.64 , T: 2.14 , W: 24.86	<u>Jogurt</u> naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>) E: 52 , B: 4 , T: 1.5 , W: 5.5	Biszkopty 30g (<u>gluten</u> , <u>jaja</u>) E: 116.4 , B: 2.39 , T: 1.13 , W: 24.38

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne

	piątek 2026-05-01	sobota 2026-05-02	niedziela 2026-05-03	poniedziałek 2026-05-04	wtorek 2026-05-05	środa 2026-05-06	czwartek 2026-05-07
Śniadanie	<p>Chleb <u>żytni</u> razowy 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Kawa zbożowa 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mix sałat z rukolą 25g</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Serek Almette <u>śmietankowy</u> 60g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 604.85, B: 17.7, T: 30.7, W: 69.27</p>	<p>Chleb <u>żytni</u> razowy 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z <u>mlekiem</u> 250g</p> <p>Szynka wieprzowa 30g</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>)</p> <p>E: 670.5, B: 28.81, T: 29.34, W: 78.36</p>	<p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Chleb <u>żytni</u> razowy 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z <u>mlekiem</u> 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Hummus klasyczny 30g</p> <p>Szynka miodowa 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>E: 678.8, B: 23.99, T: 29.83, W: 85.43</p>	<p>Chleb <u>żytni</u> razowy 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z <u>mlekiem</u> 250g</p> <p>Galaretka z kurczaka z warzywami 100g Składniki: Filety z kurczaka, Woda, Groszek zielony, Marchew, Żelatyna, Pieprz</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>E: 669.08, B: 35.98, T: 25.03, W: 81.26</p>	<p>Chleb <u>żytni</u> razowy 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z <u>mlekiem</u> 250g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Szynka wiejska 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>)</p> <p>E: 675.4, B: 29.24, T: 29.51, W: 78.93</p>	<p>Chleb <u>żytni</u> razowy 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z <u>mlekiem</u> 250g</p> <p>Szynka z piersi kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Salatka jarzynowa 120g Składniki: <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Ziemniaki, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Marchew, Groszek zielony, Ogórek kiszony, <u>Jogurt typu greckiego (mleko)</u>, Kukurydza, <u>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</u></p> <p>E: 660.7, B: 27.1, T: 25.5, W: 87.66</p>	<p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Rzodkiewka 50g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Bułka grahamka 80g (<u>gluten</u>)</p> <p>Chleb <u>żytni</u> razowy 70g (<u>gluten</u>)</p> <p>Hummus 60g (<u>sezam</u>)</p> <p>E: 672.8, B: 22.67, T: 27.45, W: 92.76</p>
II śniadanie	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>Jabłko 160g</p> <p>E: 132, B: 4.64, T: 2.14, W: 24.86</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>Dynia 20g</p> <p>E: 194.4, B: 5.54, T: 9.8, W: 22.96</p>	<p>Gruszka 135g</p> <p>Słonecznik 20g</p> <p>E: 193.7, B: 5.69, T: 9.01, W: 24.36</p>	<p>Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 200g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 96, B: 7, T: 3, W: 10</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36</p>	<p>Kiwi 80g</p> <p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 100, B: 4.72, T: 1.9, W: 16.62</p>	<p>Pomarańcza 240g</p> <p>E: 112.8, B: 2.16, T: 0.48, W: 27.12</p>

	piątek 2026-05-01	sobota 2026-05-02	niedziela 2026-05-03	poniedziałek 2026-05-04	wtorek 2026-05-05	środa 2026-05-06	czwartek 2026-05-07
Obiad	<p>Rosół 400g Składniki: Woda, Por, Pietruszka, Marchew, Makaron bezglutenowy (gluten), Cebula, Seler korzeniowy (seler), Liście laurowe, Czosnek, Pietruszka, Ziele angielskie</p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty (żywienie zbiorowe) 151g Składniki: Kapusta kiszona, Marchew, Pietruszka, Cebula, Kminek</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Ryba zapiekana w folii aluminiowej z masłem, koprem i cytryną 150g Składniki: Mintaj, filet bez skóry, świeży, Cytryna, Masło ekstra (mleko), Koperek</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 477.97, B: 30.06, T: 12.33, W: 72.55</p>	<p>Salata z jogurtem 150g Składniki: Salata, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Kurczak na parze z sosem ziołowym 150g Składniki: Pierś z kurczaka, Kefir, 2% tłuszczu (mleko), Cytryna, Oliwa z oliwek, Pietruszka, Szcypiorek, Cebula, Majeranek</p> <p>Zupa kalafiorowa z piersią kurczaka 400g Składniki: Kalafior, Pierś z kurczaka, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Ziemniaki, Cebula, Marchew, Koperek, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Ziele angielskie</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 564.6, B: 44.7, T: 12.69, W: 74.42</p>	<p>Surówka z czerwonej kapusty 150g Składniki: Kapusta czerwona, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Zupa z czerwonej soczewicy 399g Składniki: Woda, Seler korzeniowy (seler), Soczewica czerwona, Cebula, Marchew, Pietruszka, Bazylia, Czosnek</p> <p>Kotlet mielony pieczony 100g Składniki: Łopatką wieprzowa, Jaja kurze całe (jaja), Cebula, Olej rzepakowy</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 800.56, B: 44.77, T: 27, W: 106.39</p>	<p>Kasza bulgur (pszenica), gotowana 250g (gluten)</p> <p>Salata z jogurtem 150g Składniki: Salata, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</p> <p>Barszcz ukraiński z białą fasolą i udkiem z kurczaka 400g Składniki: Włoszczyzna (seler), Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Buraki, Pomidor, Fasola czerwona z puszki, Cebula, Masło ekstra (mleko), Koperek, Liście laurowe, Sok z cytryny, Ziele angielskie</p> <p>Schab duszony w białym sosie 150g Składniki: Schab wieprzowy, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko), Koperek, Olej rzepakowy</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 773.98, B: 57.52, T: 25.86, W: 89.93</p>	<p>Żurek 401g Składniki: Woda, Zakwas na żur, Jaja kurze całe (jaja), Kielbasa mazurska z indyka (gluten,mleko,soja,gorczycza,seler), Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, Ziemniaki, Por, Marchew, Grzyby suszone, Czosnek, Kmin rzymski, Liście laurowe, Majeranek, Ziele angielskie</p> <p>Kurczak pieczony z jabłkami w majeranku 150g Składniki: Udko kurczaka, Jabłko, Czosnek, Olej rzepakowy, Majeranek</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Surówka z buraków 100g Składniki: Buraki, Jabłko, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pietruszka</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g Składniki: Kapusta pekińska, Jabłko, Marchew, Pietruszka, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 694.06, B: 35.49, T: 25.42, W: 88.29</p>	<p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Zupa pomidorowa 399g Składniki: Pomidor, Woda, Ryż biały, Marchew, Groszek zielony, Pietruszka, Seler korzeniowy (seler), Cebula, Por, Bazylia, Oliwa z oliwek, Pietruszka</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty 150g Składniki: Kapusta czerwona, Jabłko, Cebula, Cytryna, Marchew, Olej rzepakowy, Pietruszka</p> <p>Pieczone roladki wieprzowe z dodatkami 150g Składniki: Schab wieprzowy, Marchew, Ogórek kiszony, Marchew, Pomidor, Musztarda (siarka,gorczycza), Olej rzepakowy, Oliwa z oliwek</p> <p>Sos do roladek wieprzowych 50g Składniki: Woda, Marchew, Seler korzeniowy (seler)</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 708.97, B: 38.21, T: 18.08, W: 107.49</p>	<p>Zupa krupnik 400g Składniki: Woda, Włoszczyzna (seler), Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Kasza jęczmienna, perłowa (gluten), Koperek, Pietruszka, Liście laurowe, Ziele angielskie</p> <p>Surówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny 150g Składniki: Seler korzeniowy (seler), Marchew, Cytryna, Olej rzepakowy</p> <p>Spaghetti z kurczakiem i szpinakiem 349g Składniki: Szpinak, Pierś z kurczaka, Makaron spaghetti (gluten,jaja), Cebula, Olej rzepakowy, Czosnek, Papryka</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 674.33, B: 44.83, T: 22.29, W: 84.06</p>
	Podwieczorek	<p>Kanapka z jajkiem i warzywami 120g Składniki: Chleb żytni razowy (gluten), Jaja kurze całe, gotowane (jaja), Rzodkiewka, Masło ekstra (mleko), Roszponka</p> <p>E: 235, B: 7.55, T: 7.78, W: 36.84</p>	<p>Kefir, 1,5% tłuszczu 200g (mleko)</p> <p>E: 86, B: 6.2, T: 3, W: 8.4</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36</p>	<p>Galaretka z mandarynką 200g Składniki: Galaretka owocowa (po przyrządzeniu), Mandarynki</p> <p>E: 99.33, B: 2.67, T: 0.13, W: 22.14</p>	<p>Budyń bez cukru o smaku czekoladowym 200g</p> <p>E: 138, B: 7.4, T: 3.6, W: 19.2</p>

	piątek 2026-05-01	sobota 2026-05-02	niedziela 2026-05-03	poniedziałek 2026-05-04	wtorek 2026-05-05	środa 2026-05-06	czwartek 2026-05-07
Kolacja	Ogórek kiszony 50g Chleb żytni razowy 120g (gluten) Masło ekstra 15g (mleko) Herbata czarna 250g Mix sałat z roszonką 25g Szynka z indyka 30g (gluten, soja, mleko, seler) Pieczony pasztet drobiowy 40g Składniki: Pierś z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler) , Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja) , Cebula, Por, Gałka muszk., Marchew, Ziele angielskie E: 454.02 , B: 18.92 , T: 16.03 , W: 63.94	Masło ekstra 15g (mleko) Chleb żytni razowy 120g (gluten) Herbata czarna 250g Polędwica sopočka 30g (gluten, soja, mleko, seler) Rukola 25g Papryka czerwona 50g Twarożek grani z koperkiem 60g Składniki: Twarożek Domowy grani naturalny (mleko) , Koperek E: 496.27 , B: 21.52 , T: 18.28 , W: 67.61	Masło ekstra 15g (mleko) Chleb żytni razowy 120g (gluten) Herbata czarna 250g Ser twarogowy w plastrach 40g Zielona pasta jajeczna 50g Składniki: Jaja kurze całe, gotowane (jaja) , Jogurt typu greckiego (mleko) , Szpinak, Pieprz, Pieprz ziółowy Papryka czerwona 50g Sałata 15g E: 590.11 , B: 17.36 , T: 29.8 , W: 69.41	Masło ekstra 15g (mleko) Chleb żytni razowy 120g (gluten) Herbata czarna 250g Polędwica sopočka 30g (gluten, soja, mleko, seler) Rukola 25g Ogórek świeży 50g Serek Almette śmietankowy 30g (mleko) E: 512.15 , B: 16.93 , T: 23.01 , W: 65.14	Szynka parzona 30g (gluten, soja, mleko, seler) Masło ekstra 15g (mleko) Chleb żytni razowy 120g (gluten) Herbata czarna 250g Sałata 15g Papryka żółta 50g Pieczony pasztet drobiowy 40g Składniki: Pierś z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler) , Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja) , Cebula, Por, Gałka muszk., Marchew, Ziele angielskie E: 464.62 , B: 18.7 , T: 16.53 , W: 66.37	Masło ekstra 15g (mleko) Chleb żytni razowy 120g (gluten) Herbata czarna 250g Ogórek świeży 50g Roszponka 25g Szynka z indyka 30g (gluten, soja, mleko, seler) Twarożek grani z koperkiem 50g Składniki: Twarożek Domowy grani naturalny (mleko) , Koperek E: 464.73 , B: 18.67 , T: 16.84 , W: 65.1	Chleb żytni razowy 120g (gluten) Masło ekstra 15g (mleko) Herbata czarna 250g Roszponka 25g Ogórek kiszony 50g Szynka wiejska 30g (gluten, soja, mleko, seler) Paprykarz z białej ryby 60g Składniki: Morszczuk , filet, świeży, Ryż biały, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko) , Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka E: 486.38 , B: 20.59 , T: 16.8 , W: 68.96
Posiłek nocny	Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 200g (mleko) E: 96 , B: 7 , T: 3 , W: 10	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko) E: 52 , B: 4 , T: 1.5 , W: 5.5	Kefir , 1,5% tłuszczu 200g (mleko) E: 86 , B: 6.2 , T: 3 , W: 8.4	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko) E: 52 , B: 4 , T: 1.5 , W: 5.5	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko) E: 52 , B: 4 , T: 1.5 , W: 5.5	Kefir , 1,5% tłuszczu 200g (mleko) E: 86 , B: 6.2 , T: 3 , W: 8.4	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko) E: 52 , B: 4 , T: 1.5 , W: 5.5

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14
Śniadanie	<p>Chleb <u>żytni</u> razowy 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z <u>mlekiem</u> 250g</p> <p>Papryka czerwona 50g</p> <p>Roszpinka 25g</p> <p>Szynka wiejska 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>)</p> <p>E: 682.9, B: 29.59, T: 29.61, W: 80.2</p>	<p>Chleb <u>żytni</u> razowy 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z <u>mlekiem</u> 250g</p> <p>Polędwica z piersi kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Serek Almette <u>śmietankowy</u> 30g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 665, B: 24.37, T: 30.38, W: 79.29</p>	<p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Szynka wieprzowa 30g</p> <p>Chleb <u>żytni</u> razowy 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z <u>mlekiem</u> 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Pieczony paszтет drobiowy 39g</p> <p>Składniki: Pierś z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja), Cebula, Por, Gałka muszkata., Marchew, Ziele angielskie</p> <p>E: 630.41, B: 27.78, T: 25.03, W: 79.43</p>	<p>Chleb <u>żytni</u> razowy 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z <u>mlekiem</u> 250g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Szynka wiejska 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Pasta z czerwonej fasoli 50g</p> <p>Składniki: Fasola czerwona z puszki, Cebula, Pomidory suszone, Oliwa z suszonych pomidorów, Pieprz, Sól, Tymianek</p> <p>E: 668.56, B: 25.89, T: 26.17, W: 88.94</p>	<p>Chleb <u>żytni</u> razowy 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z <u>mlekiem</u> 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mix sałat z rukolą 25g</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Lekkostrawna pasta z marchewki i kurczaka 60g</p> <p>Składniki: Marchew, Pierś z kurczaka, Olej lniany, Pietruszka, Majeranek, Ziele angielskie</p> <p>E: 762.56, B: 26.61, T: 39.6, W: 80.68</p>	<p>Chleb <u>żytni</u> razowy 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z <u>mlekiem</u> 250g</p> <p>Szynka z piersi kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Ser twarogowy w plastrach 40g</p> <p>E: 708.3, B: 26.15, T: 34.68, W: 78.34</p>	<p>Chleb <u>żytni</u> razowy 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 15g (<u>mleko</u>)</p> <p>Kawa zbożowa, przygotowana z <u>mlekiem</u> 250g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Szynka wiejska 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>)</p> <p>E: 675.4, B: 29.24, T: 29.51, W: 78.93</p>
II śniadanie	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Gruszka 130g</p> <p>E: 75.4, B: 0.78, T: 0.26, W: 18.72</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>Jabłko 160g</p> <p>E: 132, B: 4.64, T: 2.14, W: 24.86</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Sok pomidorowy 200g</p> <p>E: 36, B: 1.6, T: 0.4, W: 7.6</p>

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14	
Obiad	Zupa jarzynowa (400 g) 400g Składniki: Woda, Brokuły, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, <u>Kasza manna (gluten)</u> , Por, <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Surówka z marchewki z porą 150g Składniki: Marchew, Por, <u>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</u> , Pieprz	Ziemniaki 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami (400 g) 400g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Cebula, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u> , Ogórek kiszony, Czosnek, Koperek, Liście laurowe, Olej rzepakowy, Ziele angielskie	Rosół 400g Składniki: Woda, Por, Pietruszka, Marchew, <u>Makaron bezglutenowy (gluten)</u> , Cebula, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Liście laurowe, Czosnek, Pietruszka, Ziele angielskie	Surówka z czerwonej kapusty 100g Składniki: Kapusta czerwona, Jabłko, Cebula, Cytryna, Marchew, Olej rzepakowy, Pietruszka	Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek	
	Surówka obiadowa z ogórków świeżych, kiszonych i koperku 150g Składniki: Ogórek świeży, Ogórek kiszony, Olej rzepakowy, Koperek, Szcypiorek	Kasza <u>jęczmienna</u> , pęczak, gotowana 250g (<u>gluten</u>)	Krem z białych warzyw 400g Składniki: Kapusta biała, Marchew, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz	Udka z kurczaka z warzywami pieczone w rękawie 149g Składniki: Udka kurczaka, Pomidor, Cukinia, Marchew, Limonka, Koncentrat pomid. 30%, Czosnek, Papryka	Surówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny 101g Składniki: <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Marchew, Cytryna, Olej rzepakowy	Gołębki ekspresowe z kapustą pekińską 150g Składniki: Przecier pomidorowy, Kapusta pekińska, Mielone z indyka, Ryż basmati, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Kasza manna (gluten)</u> , Mąka kukurydziana, Olej rzepakowy	Surówka z buraków 100g Składniki: Buraki, Jabłko, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pietruszka	Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g Składniki: Kapusta pekińska, Jabłko, Marchew, Pietruszka, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny
	Ziemniaki 250g	Zupa z fasolką, ziemniakami i mięsem z kurczaka 401g Składniki: Woda, Ziemniaki, Pierś z kurczaka, Fasola szparagowa, Soczewica czerwona, Cebula, Woda, Oliwa z oliwek, Pieprz	Krem z białych warzyw 400g Składniki: Kalafor, <u>Seler korzeniowy (seler)</u> , Pietruszka, Por, Pietruszka, Cukinia, Dynia, Olej rzepakowy, Gałka muszk., Pieprz	Udka z kurczaka z warzywami pieczone w rękawie 149g Składniki: Udka kurczaka, Pomidor, Cukinia, Marchew, Limonka, Koncentrat pomid. 30%, Czosnek, Papryka	Surówka z kiszonej kapusty (żywienie zbiorowe) 100g Składniki: Kapusta kiszona, Marchew, Pietruszka, Cebula, Kminek	Zupa jarzynowa 400g Składniki: Woda, Brokuły, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , Marchew, Ziemniaki, Pierś z indyka, Pietruszka, <u>Kasza manna (gluten)</u> , Por, <u>Masło ekstra (mleko)</u>	Zupa brokułowa 400g Składniki: <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Brokuły, Ziemniaki, Woda, Olej rzepakowy, Koperek, Czosnek	Bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym 150g Składniki: Schab wieprzowy, Cebula, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u> , Olej rzepakowy, Ziele angielskie, Liście laurowe, Pieprz
	Ryba po grecku pieczona 150g Składniki: <u>Dorsz, świeży, filety bez skóry (ryby)</u> , Pietruszka, Olej rzepakowy, Marchew, Koncentrat pomid. 30%	Sos koperkowy 50g Składniki: <u>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</u> , Woda, Koperek	Gotowany gulasz wieprzowy 150g Składniki: Łopatka wieprzowa, Marchew, <u>Włoszczyzna (seler)</u> , Cebula, Papryka, Pieprz	Buraki gotowane skropione oliwą 200g Składniki: Buraki, Oliwa z oliwek	Surówka z kiszonej kapusty (żywienie zbiorowe) 100g Składniki: Kapusta kiszona, Marchew, Pietruszka, Cebula, Kminek	Kasza <u>jęczmienna</u> , pęczak, gotowana 200g (<u>gluten</u>)	Herbata owocowa 500g	Herbata owocowa 250g
	Herbata owocowa 250g	Pieczone eskalopki drobiowe 150g Składniki: Pierś z kurczaka, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u> , <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u> , Olej rzepakowy	Herbata owocowa 250g	Herbata owocowa 250g	Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek	Herbata owocowa 250g		
	E: 703.61, B: 31, T: 35.04, W: 71.57	E: 743.16, B: 52.38, T: 17.16, W: 100.77	E: 629.64, B: 31.9, T: 22.2, W: 87.66	E: 633.69, B: 34.03, T: 24.06, W: 79.27	E: 504.99, B: 33.89, T: 11.05, W: 78.95	E: 638.77, B: 30.85, T: 18.02, W: 94.67	E: 788.25, B: 40.45, T: 29.08, W: 104.89	
Podwieczorek	Galaretką z jabłkiem 200g Składniki: Galaretka owocowa (po przyrządzeniu), Jabłko	Jabłko 160g	Kisiel z jagodami 200g Składniki: Kisiel owocowy, Jagody leśne (czarne jagody)	Pomarańcza 240g	Kanapka z twarogiem i rzodkiewką 95g Składniki: <u>Twarożek Domowy grani naturalny (mleko)</u> , <u>Chleb żytni razowy (gluten)</u> , Rzodkiewka	Jabłko 160g	Kanapka z jajkiem i warzywami 85g Składniki: <u>Chleb baltonowski (gluten)</u> , <u>Jaja kurze całe, gotowane (jaja)</u> , Rzodkiewka, <u>Masło ekstra (mleko)</u> , Roszponka	
	E: 102.4, B: 2.36, T: 0.32, W: 22.88	E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36	E: 177.12, B: 0.85, T: 0.45, W: 44.68	E: 112.8, B: 2.16, T: 0.48, W: 27.12	E: 115.8, B: 7.42, T: 2.54, W: 17.22	E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36	E: 165, B: 5.87, T: 7.12, W: 20.18	

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14
Kolacja	<p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Chleb żytni razowy 120g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Szynka miódowa 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mix sałat z burakiem 25g</p> <p>Kremowy twarożek z ricottą 50g Składniki: Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko), Ser Ricotta (mleko), Pietruszka</p> <p>E: 494.4, B: 20.3, T: 17.42, W: 69.64</p>	<p>Chleb żytni razowy 120g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Papryka czerwona 50g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Szynka kanapkowa 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Hummus 30g (sezam)</p> <p>E: 505.7, B: 15.72, T: 21.03, W: 70.5</p>	<p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Chleb żytni razowy 120g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Szynka z indyka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (jaja)</p> <p>E: 497.5, B: 20.15, T: 20.34, W: 64.09</p>	<p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Chleb żytni razowy 120g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Polędwica sopocka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Papryka czerwona 50g</p> <p>Hummus klasyczny 30g</p> <p>E: 523.7, B: 17.29, T: 22.19, W: 70.77</p>	<p>Ogórek kiszony 50g</p> <p>Chleb żytni razowy 120g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Mix sałat z roszponką 25g</p> <p>Szynka miódowa 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Ser twarogowy w plastrach 30g</p> <p>E: 527.5, B: 16.4, T: 23.98, W: 66.79</p>	<p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Chleb żytni razowy 120g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Roszponka 25g</p> <p>Szynka z indyka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Twarożek grani z koperkiem 50g Składniki: Twarożek Domowy grani naturalny (mleko), Koperek</p> <p>E: 464.73, B: 18.67, T: 16.84, W: 65.1</p>	<p>Szynka parzona 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Chleb żytni razowy 120g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Sałata 15g</p> <p>Papryka żółta 50g</p> <p>Pasta jajeczna z koperkiem 50g Składniki: Jaja kurze całe (jaja), Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko), Koperek</p> <p>E: 484.52, B: 17.71, T: 18.95, W: 66.74</p>
Posiłek nocny	<p>Kanapka z hummusem i pomidorem 90g Składniki: Pomidor, Chleb żytni razowy (gluten), Hummus (sezam)</p> <p>E: 123.1, B: 3.69, T: 4.15, W: 20</p>	<p>Serek wiejski lekki 150g (mleko)</p> <p>E: 121.5, B: 16.5, T: 4.5, W: 3.6</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Kanapka z serkiem i ogórkiem 90g Składniki: Serek Almette śmietankowy (mleko), Chleb żytni razowy (gluten), Ogórek świeży</p> <p>E: 149.1, B: 3.99, T: 7.74, W: 17.19</p>	<p>Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 200g (mleko)</p> <p>E: 96, B: 7, T: 3, W: 10</p>	<p>Kanapka z hummusem i pomidorem 90g Składniki: Pomidor, Chleb żytni razowy (gluten), Hummus (sezam)</p> <p>E: 123.1, B: 3.69, T: 4.15, W: 20</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne

	piątek 2026-05-01	sobota 2026-05-02	niedziela 2026-05-03	poniedziałek 2026-05-04	wtorek 2026-05-05	środa 2026-05-06	czwartek 2026-05-07
Śniadanie	<p>Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)</p> <p>Chleb <u>żytni</u> razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mix sałat z rukolą 25g</p> <p>Zupa mleczna z zacierkami 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Mąka pszenna, typ 550 (gluten)</u></p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 60g (<u>gluten</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u>, <u>seler</u>)</p> <p>Serek Almette śmietankowy 60g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 947.4, B: 39.55, T: 45.09, W: 99.14</p>	<p>Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)</p> <p>Chleb <u>żytni</u> razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>)</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Płatki ryżowe</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Szynka wieprzowa 30g</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 110g (<u>jaja</u>)</p> <p>E: 978.99, B: 41.47, T: 35.7, W: 126.25</p>	<p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>)</p> <p>Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)</p> <p>Chleb <u>żytni</u> razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Chleb <u>żytni</u> razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Kasza manna na mleku 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Kasza manna (gluten)</u></p> <p>Hummus klasyczny 30g</p> <p>Szynka miodowa 30g (<u>gluten</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u>, <u>seler</u>)</p> <p>E: 959.94, B: 31.53, T: 31.18, W: 144.12</p>	<p>Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)</p> <p>Chleb <u>żytni</u> razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>)</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Płatki ryżowe</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Galaretka z kurczaka z warzywami 100g Składniki: Filety z kurczaka, Woda, Groszek zielony, Marchew, Żelatyna, Pieprz</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 60g (<u>gluten</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u>, <u>seler</u>)</p> <p>E: 937.47, B: 47.23, T: 27.74, W: 128.82</p>	<p>Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)</p> <p>Chleb <u>żytni</u> razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Szynka wiejska 60g (<u>gluten</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u>, <u>seler</u>)</p> <p>Owsianka 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Woda, <u>Płatki owsiane (gluten)</u></p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 110g (<u>jaja</u>)</p> <p>E: 944.64, B: 47.05, T: 38.62, W: 107.02</p>	<p>Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)</p> <p>Chleb <u>żytni</u> razowy 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</u></p> <p>Szynka z piersi kurczaka 60g (<u>gluten</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u>, <u>seler</u>)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Sałatka jarzynowa 120g Składniki: <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Ziemiaki, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Marchew, Groszek zielony, Ogórek kiszony, <u>Jogurt typu greckiego (mleko)</u>, Kukurydza, <u>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</u></p> <p>E: 917.96, B: 39.24, T: 27.81, W: 134.4</p>	<p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Rzodkiewka 50g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (<u>gluten</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u>, <u>seler</u>)</p> <p>Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)</p> <p>Bułka grahamka 80g (<u>gluten</u>)</p> <p>Kasza manna na mleku bez cukru 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Kasza manna (gluten)</u></p> <p>Dżem morelowy 30g</p> <p>E: 1027.45, B: 34.32, T: 25.6, W: 171.46</p>
II śniadanie	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>Banan 130g</p> <p>E: 178.1, B: 5.3, T: 1.89, W: 36.05</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36</p>	<p>Gruszka 135g</p> <p>E: 78.3, B: 0.81, T: 0.27, W: 19.44</p>	<p>Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 200g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 96, B: 7, T: 3, W: 10</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36</p>	<p>Banan 130g</p> <p>E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55</p>	<p>Pomarańcza 240g</p> <p>E: 112.8, B: 2.16, T: 0.48, W: 27.12</p>

	piątek 2026-05-01	sobota 2026-05-02	niedziela 2026-05-03	poniedziałek 2026-05-04	wtorek 2026-05-05	środa 2026-05-06	czwartek 2026-05-07
Obiad	<p>Rosół 400g Składniki: Woda, Por, Pietruszka, Marchew, Makaron bezglutenowy (gluten), Cebula, Seler korzeniowy (seler), Liście laurowe, Czosnek, Pietruszka, Ziele angielskie</p> <p>Surówka z kiszanej kapusty (żywienie zbiorowe) 151g Składniki: Kapusta kiszona, Marchew, Pietruszka, Cebula, Kminek</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Ryba zapiekana w folii aluminiowej z masłem, koprem i cytryną 150g Składniki: Mintaj, filet bez skóry, świeży, Cytryna, Masło ekstra (mleko), Koperek</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 477.97, B: 30.06, T: 12.33, W: 72.55</p>	<p>Salata z jogurtem 150g Składniki: Salata, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Kurczak na parze z sosem ziołowym 150g Składniki: Pierś z kurczaka, Kefir, 2% tłuszczu (mleko), Cytryna, Oliwa z oliwek, Pietruszka, Szcypiorek, Cebula, Majeranek</p> <p>Zupa kalafiorowa z piersią kurczaka 400g Składniki: Kalafior, Pierś z kurczaka, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Ziemniaki, Cebula, Marchew, Koperek, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Ziele angielskie</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 564.6, B: 44.7, T: 12.69, W: 74.42</p>	<p>Surówka z czerwonej kapusty 150g Składniki: Kapusta czerwona, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Zupa z czerwonej soczewicy 399g Składniki: Woda, Seler korzeniowy (seler), Soczewica czerwona, Cebula, Marchew, Pietruszka, Bazylia, Czosnek</p> <p>Kotlet mielony pieczony 100g Składniki: Łopatką wieprzowa, Jaja kurze całe (jaja), Cebula, Olej rzepakowy</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 800.56, B: 44.77, T: 27, W: 106.39</p>	<p>Kasza bulgur (pszenica), gotowana 250g (gluten)</p> <p>Salata z jogurtem 150g Składniki: Salata, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</p> <p>Barszcz ukraiński z białą fasolą i udkiem z kurczaka 400g Składniki: Włoszczyzna (seler), Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Buraki, Pomidor, Fasola czerwona z puszki, Cebula, Masło ekstra (mleko), Koperek, Liście laurowe, Sok z cytryny, Ziele angielskie</p> <p>Schab duszony w białym sosie 150g Składniki: Schab wieprzowy, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko), Koperek, Olej rzepakowy</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 773.98, B: 57.52, T: 25.86, W: 89.93</p>	<p>Żurek 401g Składniki: Woda, Zakwas na żur, Jaja kurze całe (jaja), Kielbasa mazurska z indyka (gluten,mleko,soja,gorczycza,seler), Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, Ziemniaki, Por, Marchew, Grzyby suszone, Czosnek, Kmin rzymski, Liście laurowe, Majeranek, Ziele angielskie</p> <p>Kurczak pieczony z jabłkami w majeranku 150g Składniki: Udko kurczaka, Jabłko, Czosnek, Olej rzepakowy, Majeranek</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Surówka z buraków 100g Składniki: Buraki, Jabłko, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pietruszka</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g Składniki: Kapusta pekińska, Jabłko, Marchew, Pietruszka, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 694.06, B: 35.49, T: 25.42, W: 88.29</p>	<p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Zupa pomidorowa 399g Składniki: Pomidor, Woda, Ryż biały, Marchew, Groszek zielony, Pietruszka, Seler korzeniowy (seler), Cebula, Por, Bazylia, Oliwa z oliwek, Pietruszka</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty 150g Składniki: Kapusta czerwona, Jabłko, Cebula, Cytryna, Marchew, Olej rzepakowy, Pietruszka</p> <p>Pieczone roladki wieprzowe z dodatkami 150g Składniki: Schab wieprzowy, Marchew, Ogórek kiszony, Marchew, Pomidor, Musztarda (siarka,gorczycza), Olej rzepakowy, Oliwa z oliwek</p> <p>Sos do roladek wieprzowych 50g Składniki: Woda, Marchew, Seler korzeniowy (seler)</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 708.97, B: 38.21, T: 18.08, W: 107.49</p>	<p>Zupa krupnik 400g Składniki: Woda, Włoszczyzna (seler), Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Kasza jęczmienna, perłowa (gluten), Koperek, Pietruszka, Liście laurowe, Ziele angielskie</p> <p>Surówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny 150g Składniki: Seler korzeniowy (seler), Marchew, Cytryna, Olej rzepakowy</p> <p>Spaghetti z kurczakiem i szpinakiem 349g Składniki: Szpinak, Pierś z kurczaka, Makaron spaghetti (gluten,jaja), Cebula, Olej rzepakowy, Czosnek, Papryka</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 674.33, B: 44.83, T: 22.29, W: 84.06</p>
Podwieczorek	<p>Budyń gotowy 200g (mleko)</p> <p>E: 260, B: 2.9, T: 7.56, W: 45.2</p>	<p>Kefir, 1,5% tłuszczu 200g (mleko)</p> <p>E: 86, B: 6.2, T: 3, W: 8.4</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36</p>	<p>Galaretka z mandarynką 200g Składniki: Galaretka owocowa (po przyrządzeniu), Mandarynki</p> <p>E: 99.33, B: 2.67, T: 0.13, W: 22.14</p>	<p>Kisiel z tartym jabłkiem 200g Składniki: Jabłko, Kisiel owocowy</p> <p>E: 151, B: 0.7, T: 0.5, W: 37.8</p>	<p>Kefir, 1,5% tłuszczu 200g (mleko)</p> <p>E: 86, B: 6.2, T: 3, W: 8.4</p>

	piątek 2026-05-01	sobota 2026-05-02	niedziela 2026-05-03	poniedziałek 2026-05-04	wtorek 2026-05-05	środa 2026-05-06	czwartek 2026-05-07
Kolacja	Ogórek kiszony 50g Chleb żytni razowy 30g (gluten) Masło ekstra 20g (mleko) Herbata czarna 250g Mix sałat z rozspinką 25g Chleb baltonowski 100g (gluten) Szynka z indyka 30g (gluten, soja, mleko, seler)	Masło ekstra 20g (mleko) Chleb baltonowski 100g (gluten) Chleb żytni razowy 30g (gluten) Herbata czarna 250g Polędwica sopocka 30g (gluten, soja, mleko, seler) Rukola 25g Papryka czerwona 50g	Masło ekstra 20g (mleko) Chleb baltonowski 100g (gluten) Chleb żytni razowy 30g (gluten) Herbata czarna 250g Ser twarogowy w plastrach 40g Zielona pasta jajeczna 50g Składniki: Jaja kurze całe, gotowane (jaja), Jogurt typu greckiego (mleko) , Szpinak, Pieprz, Pieprz ziołowy Papryka czerwona 50g Sałata 15g	Masło ekstra 20g (mleko) Chleb baltonowski 100g (gluten) Chleb żytni razowy 30g (gluten) Herbata czarna 250g Polędwica sopocka 30g (gluten, soja, mleko, seler) Rukola 25g Ogórek świeży 50g Serek Almette śmietankowy 30g (mleko)	Szynka parzona 30g (gluten, soja, mleko, seler) Masło ekstra 20g (mleko) Chleb baltonowski 100g (gluten) Chleb żytni razowy 30g (gluten) Herbata czarna 250g Sałata 15g Papryka żółta 50g	Masło ekstra 20g (mleko) Chleb baltonowski 100g (gluten) Chleb żytni razowy 30g (gluten) Herbata czarna 250g Ogórek świeży 50g Rozspinka 25g Szynka z indyka 60g (gluten, soja, mleko, seler)	Chleb baltonowski 100g (gluten) Chleb żytni razowy 30g (gluten) Masło ekstra 20g (mleko) Herbata czarna 250g Rozspinka 25g Ogórek kiszony 50g Szynka wiejska 30g (gluten, soja, mleko, seler)
	Pieczony paszтет drobiowy 80g Składniki: Pierś z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler) , Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja) , Por, Cebula, Marchew, Gałka muszkata., Ziele angielskie E: 575.62, B: 26.4, T: 21.13, W: 73.53	Twarożek grani z koperkiem 60g Składniki: Twarożek Domowy grani naturalny (mleko) , Koperek E: 583.37, B: 23.24, T: 22.37, W: 76.36			Pieczony paszтет drobiowy 40g Składniki: Pierś z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler) , Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja) , Cebula, Por, Gałka muszkata., Marchew, Ziele angielskie E: 551.72, B: 20.42, T: 20.62, W: 75.12	Twarożek grani z koperkiem 50g Składniki: Twarożek Domowy grani naturalny (mleko) , Koperek E: 576.73, B: 25.52, T: 21.41, W: 73.88	Paprykarz z białej ryby 60g Składniki: Morszczuk , filet, świeży, Ryż biały, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko) , Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka E: 573.48, B: 22.31, T: 20.89, W: 77.71
Posiłek nocny	Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 200g (mleko) E: 96, B: 7, T: 3, W: 10	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko) E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5	Kefir , 1,5% tłuszczu 200g (mleko) E: 86, B: 6.2, T: 3, W: 8.4	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko) E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko) E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5	Serek homogenizowany waniliowy 150g (mleko) E: 148.5, B: 7.95, T: 4.35, W: 19.2	Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko) E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14
Śniadanie	<p>Chleb żytni razowy 100g (gluten)</p> <p>Chleb baltonowski 70g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Papryka czerwona 50g</p> <p>Roszpinka 25g</p> <p>Szynka wiejska 60g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 110g (jaja)</p> <p>Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Makaron bezglutenowy (gluten)</p> <p>E: 988.17, B: 48.57, T: 38.1, W: 119.09</p>	<p>Chleb baltonowski 100g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Półdewica z piersi kurczaka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Zupa mleczna z kluskami lanymi 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Jaja kurze całe (jaja), Mąka pszenna typ 500, z witaminami (gluten)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Serek Almette śmietankowy 30g (mleko)</p> <p>E: 901.65, B: 38.22, T: 38.85, W: 103.82</p>	<p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Szynka wieprzowa 60g</p> <p>Chleb żytni razowy 100g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Bułka kajzerka 60g (gluten)</p> <p>Pieczony paszтет drobiowy 39g Składniki: Pierś z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja), Cebula, Por, Gałka muszkatołowa, Marchew, Ziele angielskie</p> <p>Zupa mleczna z ryżem 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Ryż biały</p> <p>E: 967.49, B: 41.25, T: 29.33, W: 140.98</p>	<p>Chleb baltonowski 100g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Szynka wiejska 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</p> <p>Pasta z czerwonej fasoli 50g Składniki: Fasola czerwona z puszki, Cebula, Pomidory suszone, Oliwa z suszonych pomidorów, Pieprz, Sól, Tymianek</p> <p>E: 898.52, B: 31.68, T: 28.11, W: 136.02</p>	<p>Chleb baltonowski 100g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mix sałat z rukolą 25g</p> <p>Zupa mleczna z zacierkami 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Jaja kurze całe (jaja), Mąka pszenna, typ 550 (gluten)</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Lekkostrawna pasta z marchewki i kurczaka 50g Składniki: Marchew, Pierś z kurczaka, Olej lniany, Pietruszka, Majeranek, Ziele angielskie</p> <p>E: 893.41, B: 34.17, T: 41.64, W: 99.37</p>	<p>Chleb baltonowski 100g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</p> <p>Szynka z piersi kurczaka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Ser twarogowy w plastrach 60g</p> <p>E: 1000.96, B: 33.93, T: 42.43, W: 126.02</p>	<p>Chleb baltonowski 100g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Szynka wiejska 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Owsianka 300g Składniki: Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Woda, Płatki owsiane (gluten)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (jaja)</p> <p>E: 829.84, B: 34.06, T: 31.94, W: 106.42</p>
II śniadanie	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36</p>	<p>Herbatniki 30g (gluten, soja, mleko)</p> <p>E: 130.8, B: 2.46, T: 3.3, W: 23.04</p>	<p>Gruszka 130g</p> <p>E: 75.4, B: 0.78, T: 0.26, W: 18.72</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>Jabłko 160g</p> <p>E: 132, B: 4.64, T: 2.14, W: 24.86</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14
Obiad	<p>Zupa jarzynowa (400 g) 400g Składniki: Woda, Brokuły, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, <u>Kasza manna (gluten)</u>, Por, <u>Masło ekstra (mleko)</u></p> <p>Surówka obiadowa z ogórków świeżych, kiszonych i koperku 150g Składniki: Ogórek świeży, Ogórek kiszony, Olej rzepakowy, Koperek, Szcypiorek</p> <p>Ziemniaki 250g</p> <p>Ryba po grecku pieczona 150g Składniki: <u>Dorsz, świeży, filety bez skóry (ryby)</u>, Pietruszka, Olej rzepakowy, Marchew, Koncentrat pomid. 30%</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 703.61, B: 31, T: 35.04, W: 71.57</p>	<p>Surówka z marchewki z porą 150g Składniki: Marchew, Por, <u>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</u>, Pieprz</p> <p>Kasza <u>jęczmienna</u>, pęczak, gotowana 250g (<u>gluten</u>)</p> <p>Zupa z fasolką, ziemniakami i mięsem z kurczaka 401g Składniki: Woda, Ziemniaki, Pierś z kurczaka, Fasola szparagowa, Soczewica czerwona, Cebula, Woda, Oliwa z oliwek, Pieprz</p> <p>Sos koperkowy 50g Składniki: <u>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</u>, Woda, Koperek</p> <p>Pieczone eskalopki drobiowe 150g Składniki: Pierś z kurczaka, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u>, Olej rzepakowy</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 743.16, B: 52.38, T: 17.16, W: 100.77</p>	<p>Ziemniaki 250g</p> <p>Surówka z białej kapusty z marchewką i koperkiem 151g Składniki: Kapusta biała, Marchew, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz</p> <p>Krem z białych warzyw 400g Składniki: Kalafor, <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Pietruszka, Por, Pietruszka, Cukinia, Dynia, Olej rzepakowy, Gałka muszkata., Pieprz</p> <p>Gotowany gulasz wieprzowy 150g Składniki: Łopatka wieprzowa, Marchew, <u>Włoszczyzna (seler)</u>, Cebula, Papryka, Pieprz</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 629.64, B: 31.9, T: 22.2, W: 87.66</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami (400 g) 400g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna (seler)</u>, Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Cebula, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Ogórek kiszony, Czosnek, Koperek, Liście laurowe, Olej rzepakowy, Ziele angielskie</p> <p>Ziemniaki 250g</p> <p>Udka z kurczaka z warzywami pieczone w rękawie 149g Składniki: Udko kurczaka, Pomidor, Cukinia, Marchew, Limonka, Koncentrat pomid. 30%, Czosnek, Papryka</p> <p>Buraki gotowane skropione oliwą 200g Składniki: Buraki, Oliwa z oliwek</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 633.69, B: 34.03, T: 24.06, W: 79.27</p>	<p>Rosół 400g Składniki: Woda, Por, Pietruszka, Marchew, <u>Makaron bezgluteny (gluten)</u>, Cebula, <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Liście laurowe, Czosnek, Pietruszka, Ziele angielskie</p> <p>Surówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny 101g Składniki: <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Marchew, Cytryna, Olej rzepakowy</p> <p>Surówka z kiszzonej kapusty (żywienie zbiorowe) 100g Składniki: Kapusta kiszona, Marchew, Pietruszka, Cebula, Kminek</p> <p>Duszona pierś kurczaka w sosie pomidorowym 150g Składniki: Pierś z kurczaka, Passata - przetarte pomidory, Cebula, Koncentrat pomid. 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 504.99, B: 33.89, T: 11.05, W: 78.95</p>	<p>Surówka z czerwonej kapusty 100g Składniki: Kapusta czerwona, Jabłko, Cebula, Cytryna, Marchew, Olej rzepakowy, Pietruszka</p> <p>Gołębki ekspresowe z kapustą pekińską 150g Składniki: Przecier pomidorowy, Kapusta pekińska, Mielone z indyka, Ryż basmati, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Kasza manna (gluten)</u>, Mąka kukurydziana, Olej rzepakowy</p> <p>Kasza <u>jęczmienna</u>, pęczak, gotowana 200g (<u>gluten</u>)</p> <p>Zupa grysikowa 401g Składniki: Bulion warzywny w słoiku (przed przygotowaniem), <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Pierś z kurczaka, Marchew, Udko kurczaka, Pietruszka, <u>Kasza manna (gluten)</u>, Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 579.82, B: 28.61, T: 13.24, W: 92.56</p>	<p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Surówka z buraków 100g Składniki: Buraki, Jabłko, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pietruszka</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g Składniki: Kapusta pekińska, Jabłko, Marchew, Pietruszka, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny</p> <p>Zupa brokułowa 400g Składniki: <u>Włoszczyzna (seler)</u>, Brokuły, Ziemniaki, Woda, Olej rzepakowy, Koperek, Czosnek</p> <p>Bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym 150g Składniki: Schab wieprzowy, Cebula, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u>, Olej rzepakowy, Ziele angielskie, Liście laurowe, Pieprz</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 788.25, B: 40.45, T: 29.08, W: 104.89</p>
Podwieczorek	<p>Galaretką z jabłkiem 200g Składniki: Galaretka owocowa (po przyrządzeniu), Jabłko</p> <p>E: 102.4, B: 2.36, T: 0.32, W: 22.88</p>	<p>Banan 130g</p> <p>E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55</p>	<p>Kisiel z jagodami 200g Składniki: Kisiel owocowy, Jagody leśne (czarne jagody)</p> <p>E: 177.12, B: 0.85, T: 0.45, W: 44.68</p>	<p>Banan 130g</p> <p>E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55</p>	<p>Herbatniki 30g (<u>gluten, soja, mleko</u>)</p> <p>E: 130.8, B: 2.46, T: 3.3, W: 23.04</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36</p>	<p>Banan 130g</p> <p>E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55</p>

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14
Kolacja	<p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 100g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Szynka miódowa 60g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mix sałat z burakiem 25g</p> <p>Kremowy twarożek z ricottą 50g Składniki: Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko), Ser Ricotta (mleko), Pietruszka</p> <p>E: 618.1, B: 27.4, T: 22.22, W: 80.57</p>	<p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Papryka czerwona 50g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Chleb baltonowski 100g (gluten)</p> <p>Szynka kanapkowa 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Hummus 30g (sezam)</p> <p>E: 592.8, B: 17.44, T: 25.12, W: 79.25</p>	<p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 70g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Szynka z indyka 60g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (jaja)</p> <p>E: 533.3, B: 24.9, T: 24.46, W: 56.43</p>	<p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Polędwica sopočka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Papryka czerwona 50g</p> <p>Dżem brzoskwiniowy 30g</p> <p>Chleb baltonowski 100g (gluten)</p> <p>E: 575.4, B: 16.79, T: 20.01, W: 86.09</p>	<p>Ogórek kiszony 50g</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Mix sałat z roszponką 25g</p> <p>Chleb baltonowski 100g (gluten)</p> <p>Szynka miódowa 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Ser twarogowy w plastrach 30g</p> <p>E: 614.6, B: 18.12, T: 28.07, W: 75.54</p>	<p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 100g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Ogórek świeży 50g</p> <p>Roszonka 25g</p> <p>Szynka z indyka 60g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Twarożek grani z koperkiem 100g Składniki: Twarożek Domowy grani naturalny (mleko), Koperek</p> <p>E: 619.97, B: 30.76, T: 23.29, W: 75.19</p>	<p>Szynka parzona 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 100g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Salata 15g</p> <p>Papryka żółta 50g</p> <p>Pasta jajeczna z koperkiem 50g Składniki: Jaja kurze całe (jaja), Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko), Koperek</p> <p>E: 571.62, B: 19.43, T: 23.04, W: 75.49</p>
Posiłek nocny	<p>Herbatniki 30g (gluten, soja, mleko)</p> <p>E: 130.8, B: 2.46, T: 3.3, W: 23.04</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Serek homogenizowany naturalny 150g</p> <p>E: 169.5, B: 10.8, T: 11.25, W: 6.3</p>	<p>Babka biszkoptowa 50g (gluten, jaja, mleko)</p> <p>E: 169.5, B: 4.25, T: 2.1, W: 33.55</p>	<p>Mus bananowo - brzoskwiniowy 100g Składniki: Banan, Brzoskwinia</p> <p>E: 77.77, B: 1, T: 0.26, W: 18.76</p>	<p>Herbatniki 30g (gluten, soja, mleko)</p> <p>E: 130.8, B: 2.46, T: 3.3, W: 23.04</p>

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne

	piątek 2026-05-01	sobota 2026-05-02	niedziela 2026-05-03	poniedziałek 2026-05-04	wtorek 2026-05-05	środa 2026-05-06	czwartek 2026-05-07
Śniadanie	<p>Chleb baltonowski 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mix sałat z rukolą 25g</p> <p>Zupa mleczna z zacierkami 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Mąka pszenna, typ 550 (gluten)</u></p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 60g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Serek Almette śmietankowy 60g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 930.1, B: 39.18, T: 44.88, W: 94.74</p>	<p>Chleb baltonowski 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Płatki ryżowe</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Szynka wieprzowa 30g</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>)</p> <p>E: 887.19, B: 34.33, T: 30.21, W: 122.12</p>	<p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>)</p> <p>Chleb baltonowski 100g (<u>gluten</u>)</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Kasza manna na mleku 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Kasza manna (gluten)</u></p> <p>Dżem truskawkowy niskosłodzony 30g</p> <p>Szynka miodowa 60g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>E: 892.74, B: 32.86, T: 25.14, W: 137.36</p>	<p>Chleb baltonowski 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Płatki ryżowe</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Galaretka z kurczaka z warzywami 100g Składniki: Filety z kurczaka, Woda, Marchew, Żelatyna, Pieprz</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 60g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>E: 921.68, B: 48.17, T: 27.61, W: 123.19</p>	<p>Chleb baltonowski 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Szynka wiejska 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Owsianka 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Woda, <u>Płatki owsiane (gluten)</u></p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 110g (<u>jaja</u>)</p> <p>E: 889.54, B: 40.56, T: 37.06, W: 102.35</p>	<p>Chleb baltonowski 120g (<u>gluten</u>)</p> <p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</u></p> <p>Szynka z piersi kurczaka 60g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Sałatka jarzynowa 151g Składniki: <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Ziemiaki, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Marchew, Pomidor, <u>Jogurt typu greckiego (mleko)</u>, <u>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</u></p> <p>E: 917.97, B: 39.98, T: 28.54, W: 131.24</p>	<p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Rzodkiewka 50g</p> <p>Sałata 25g</p> <p>Szynka delikatesowa z kurczaka 60g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>)</p> <p>Chleb baltonowski 30g (<u>gluten</u>)</p> <p>Bułka grahamka 80g (<u>gluten</u>)</p> <p>Kasza manna na mleku bez cukru 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Kasza manna (gluten)</u></p> <p>Dżem morelowy 30g</p> <p>E: 886.55, B: 34.88, T: 26.23, W: 133.1</p>
II śniadanie	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36</p>	<p>Banan 130g</p> <p>E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55</p>	<p>Maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 200g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 96, B: 7, T: 3, W: 10</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Banan 130g</p> <p>E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55</p>	<p>Banan 130g</p> <p>E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55</p>

	piątek 2026-05-01	sobota 2026-05-02	niedziela 2026-05-03	poniedziałek 2026-05-04	wtorek 2026-05-05	środa 2026-05-06	czwartek 2026-05-07
Obiad	<p>Rosół 400g Składniki: Woda, Por, Pietruszka, Marchew, Makaron bezglutenowy (gluten), Cebula, Seler korzeniowy (seler), Liście laurowe, Czosnek, Pietruszka, Ziele angielskie</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Ryba zapiekana w folii aluminiowej z masłem, koprem i cytryną 150g Składniki: Mintaj, filet bez skóry, świeży, Cytryna, Masło ekstra (mleko), Koperek</p> <p>Marchew gotowana skropiona oliwą 149g Składniki: Marchew, Oliwa z oliwek</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 548.3, B: 29.32, T: 19.54, W: 71.79</p>	<p>Kompot z jabłek bez cukru 250g Składniki: Woda, Jabłko</p> <p>Sałata z jogurtem 150g Składniki: Sałata, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Kurczak na parze z sosem ziołowym 150g Składniki: Pierś z kurczaka, Kefir, 2% tłuszczu (mleko), Cytryna, Oliwa z oliwek, Pietruszka, Szcypiorek, Cebula, Majeranek</p> <p>Zupa z białych warzyw z pierśią kurczaka 400g Składniki: Pietruszka, Pierś z kurczaka, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko), Ziemniaki, Cebula, Marchew, Koperek, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Ziele angielskie</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 664.98, B: 45.55, T: 13.78, W: 99.12</p>	<p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Kotlet mielony pieczony 100g Składniki: Łopatką wieprzowa, Jaja kurze całe (jaja), Cebula, Olej rzepakowy</p> <p>Buraki gotowane skropione oliwą 151g Składniki: Buraki, Oliwa z oliwek</p> <p>Ziemniaki 150g</p> <p>Zupa krem cukinia-ziemniaki 399g Składniki: Woda, Cukinia, Ziemniaki, Jogurt typu greckiego (mleko), Oliwa z oliwek, Koperek, Kostka rosółowa warzywna (seler), Pieprz</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 716.83, B: 30.04, T: 26.92, W: 93.88</p>	<p>Kasza bulgur (pszenica), gotowana 250g (gluten)</p> <p>Sałata z jogurtem 150g Składniki: Sałata, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</p> <p>Barszcz z udkiem z kurczaka 376g Składniki: Włoszczyzna (seler), Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Buraki, Pomidor, Cebula, Masło ekstra (mleko), Koperek, Liście laurowe, Sok z cytryny, Ziele angielskie</p> <p>Schab duszony w białym sosie 150g Składniki: Schab wieprzowy, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko), Koperek, Olej rzepakowy</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 744.34, B: 55.61, T: 25.61, W: 84.79</p>	<p>Kurczak pieczony z jabłkami w majeranku 150g Składniki: Udko kurczaka, Jabłko, Czosnek, Olej rzepakowy, Majeranek</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Surówka z buraków 150g Składniki: Buraki, Jabłko, Marchew, Oliwa z oliwek, Pietruszka</p> <p>Zupa krem Marchwianka 400g Składniki: Marchew, Ryż biały, Sól</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 797.18, B: 30.61, T: 22.44, W: 129.5</p>	<p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Zupa pomidorowa 399g Składniki: Pomidor, Woda, Ryż biały, Marchew, Groszek zielony, Pietruszka, Seler korzeniowy (seler), Cebula, Por, Bazylia, Oliwa z oliwek, Pietruszka</p> <p>Pieczone roladki wieprzowe z dodatkami 150g Składniki: Schab wieprzowy, Marchew, Pomidor, Marchew, Pomidor, Musztarda (siarka,gorczyca), Olej rzepakowy, Oliwa z oliwek</p> <p>Sos do roladek wieprzowych 50g Składniki: Woda, Marchew, Seler korzeniowy (seler)</p> <p>Marchew gotowana skropiona oliwą 151g Składniki: Marchew, Oliwa z oliwek</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 734.56, B: 37.34, T: 21.83, W: 106.89</p>	<p>Zupa krupnik 400g Składniki: Woda, Włoszczyzna (seler), Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko), Kasza jęczmienna, perłowa (gluten), Koperek, Pietruszka, Liście laurowe, Ziele angielskie</p> <p>Surówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny 150g Składniki: Seler korzeniowy (seler), Marchew, Cytryna, Olej rzepakowy</p> <p>Spaghetti z kurczakiem i szpinakiem 350g Składniki: Szpinak, Pierś z kurczaka, Makaron spaghetti (gluten,jaja), Olej rzepakowy, Papryka</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 687.59, B: 46.24, T: 22.99, W: 84.3</p>
Podwieczorek	<p>Budyń gotowy 200g (mleko)</p> <p>E: 260, B: 2.9, T: 7.56, W: 45.2</p>	<p>Kefir, 1,5% tłuszczu 200g (mleko)</p> <p>E: 86, B: 6.2, T: 3, W: 8.4</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36</p>	<p>Galaretka z mandarynką 200g Składniki: Galaretka owocowa (po przyrządzeniu), Mandarynki</p> <p>E: 99.33, B: 2.67, T: 0.13, W: 22.14</p>	<p>Kisiel z tartym jabłkiem 200g Składniki: Jabłko, Kisiel owocowy</p> <p>E: 151, B: 0.7, T: 0.5, W: 37.8</p>	<p>Kefir, 1,5% tłuszczu 200g (mleko)</p> <p>E: 86, B: 6.2, T: 3, W: 8.4</p>

	piątek 2026-05-01	sobota 2026-05-02	niedziela 2026-05-03	poniedziałek 2026-05-04	wtorek 2026-05-05	środa 2026-05-06	czwartek 2026-05-07
Kolacja	<p>Pomidor 50g</p> <p>Masło ekstra 15g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Mix sałat z rozszponką 25g</p> <p>Chleb baltonowski 120g (gluten)</p> <p>Szynka z indyka 60g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Pieczony paszтет drobiowy 40g Składniki: Pierś z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja), Cebula, Por, Gałka muszkat., Marchew, Ziele angielskie</p> <p>E: 514.82, B: 25.57, T: 16.22, W: 69.13</p>	<p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 120g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Polędwica sopocka 60g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Rukola 25g</p> <p>Marchew 50g</p> <p>Twarożek grani z koperkiem 100g Składniki: Twarożek Domowy grani naturalny (mleko), Koperek</p> <p>E: 638.69, B: 33.4, T: 24.69, W: 74.34</p>	<p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 100g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Ser twarogowy w plastrach 60g</p> <p>Zielona pasta jajeczna 50g Składniki: Jaja kurze całe, gotowane (jaja), Jogurt typu greckiego (mleko), Szpinak, Pieprz, Pieprz ziołowy</p> <p>Marchew 50g</p> <p>Sałata 15g</p> <p>E: 673.81, B: 19.16, T: 39.03, W: 64.85</p>	<p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 120g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Polędwica sopocka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Rukola 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Serek Almette śmietankowy 60g (mleko)</p> <p>E: 661.25, B: 20.39, T: 34.14, W: 71.05</p>	<p>Szynka parzona 60g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 120g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Sałata 15g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Pieczony paszтет drobiowy 40g Składniki: Pierś z kurczaka, Wątróbka kurczaka, Woda, Seler korzeniowy (seler), Pietruszka, Jaja kurze całe (jaja), Cebula, Por, Gałka muszkat., Marchew, Ziele angielskie</p> <p>E: 560.12, B: 24.8, T: 21.39, W: 70.03</p>	<p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 120g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Roszponka 25g</p> <p>Szynka z indyka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Twarożek grani z koperkiem 100g Składniki: Twarożek Domowy grani naturalny (mleko), Koperek</p> <p>E: 580.27, B: 25.36, T: 22.65, W: 71.36</p>	<p>Chleb baltonowski 120g (gluten)</p> <p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Roszponka 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Szynka wiejska 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Paprykarz z białej ryby 80g Składniki: Morszczuk, filet, świeży, Ryż biały, Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko), Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka</p> <p>E: 577.34, B: 24.23, T: 20.93, W: 75.89</p>
Posiłek nocny	<p>Maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu 200g (mleko)</p> <p>E: 96, B: 7, T: 3, W: 10</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Kefir, 1,5% tłuszczu 200g (mleko)</p> <p>E: 86, B: 6.2, T: 3, W: 8.4</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Serek homogenizowany waniliowy 150g (mleko)</p> <p>E: 148.5, B: 7.95, T: 4.35, W: 19.2</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>
Suma	E: 2401.22 B: 107.97, T: 92.7, W: 296.36,	E: 2408.86 B: 124.12, T: 73.82, W: 328.84,	E: 2547.48 B: 93.56, T: 95.98, W: 340.54,	E: 2555.27 B: 135.81, T: 92.5, W: 313.89,	E: 2450.17 B: 106.64, T: 84.02, W: 335.02,	E: 2658.4 B: 112.63, T: 78.26, W: 397.04,	E: 2415.58 B: 116.85, T: 75.04, W: 337.74,

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14
Śniadanie	<p>Chleb baltonowski 120g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>) Herbata czarna 250g Marchew 50g Roszponka 25g Szynka wiejska 60g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Jaja kurze całe, gotowane 55g (<u>jaja</u>) Zupa mleczna z makaronem pszennym 301g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Makaron bezjajeczny (gluten)</u></p> <p>E: 812.28, B: 39.18, T: 31.69, W: 96.09</p>	<p>Chleb baltonowski 120g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>) Herbata czarna 250g Polędwica z piersi kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Zupa mleczna z kluskami lanymi 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Mąka pszenna typ 500, z witaminami (gluten)</u> Sałata 25g Pomidor 50g Serek Almette śmietankowy 60g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 961.15, B: 39.86, T: 45.84, W: 100.38</p>	<p>Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>) Sałata 25g Szynka wieprzowa 30g Herbata czarna 250g Pomidor 50g Bułka kajzerka 120g (<u>gluten</u>) Zupa mleczna z ryżem 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Ryż biały Twarożek Domowy grani naturalny 100g (<u>mleko</u>) Chleb baltonowski 70g (<u>gluten</u>)</p> <p>E: 1116.68, B: 44.75, T: 32.63, W: 164.6</p>	<p>Chleb baltonowski 120g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>) Herbata czarna 250g Sałata 25g Szynka wiejska 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Pomidor 50g Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</u> Ser twarogowy w plastrach 100g</p> <p>E: 1132.06, B: 37.78, T: 54.9, W: 126.28</p>	<p>Chleb baltonowski 120g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>) Herbata czarna 250g Pomidor 50g Mix sałat z rukolą 25g Zupa mleczna z zacierkami 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Mąka pszenna, typ 550 (gluten)</u> Szynka delikatesowa z kurczaka 60g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Lekkostrawna pasta z marchewki i kurczaka 50g Składniki: Marchew, Pierś z kurczaka, Olej lniany, Pietruszka, Majeranek, Ziele angielskie</p> <p>E: 913.01, B: 39.26, T: 43.11, W: 94.97</p>	<p>Chleb baltonowski 120g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>) Herbata czarna 250g Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, <u>Kasza jęczmienna, perłowa (gluten)</u> Szynka z piersi kurczaka 30g (<u>gluten, soja, mleko, seler</u>) Sałata 25g Ser twarogowy w plastrach 40g Pomidor 50g</p> <p>E: 928.96, B: 32.01, T: 36.52, W: 122.67</p>	<p>Chleb baltonowski 120g (<u>gluten</u>) Masło ekstra 20g (<u>mleko</u>) Herbata czarna 250g Sałata 25g Owsianka 300g Składniki: <u>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Woda, <u>Płatki owsiane (gluten)</u> Jaja kurze całe, gotowane 110g (<u>jaja</u>)</p> <p>E: 889.54, B: 40.56, T: 37.06, W: 102.35</p>
II śniadanie	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Gruszka 130g</p> <p>E: 75.4, B: 0.78, T: 0.26, W: 18.72</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>) Jabłko 160g</p> <p>E: 132, B: 4.64, T: 2.14, W: 24.86</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (<u>mleko</u>)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14
Obiad	<p>Zupa jarzynowa (400 g) 400g Składniki: Woda, Brokuły, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, Marchew, Ziemniaki, Pietruszka, <u>Kasza manna (gluten)</u>, Por, <u>Masło ekstra (mleko)</u></p> <p>Ziemniaki 250g</p> <p>Ryba po grecku pieczona 150g Składniki: <u>Dorsz, świeży, filety bez skóry (ryby)</u>, Pietruszka, Olej rzepakowy, Marchew, Koncentrat pomid. 30%</p> <p>Buraki gotowane skropione oliwą 151g Składniki: Buraki, Oliwa z oliwek</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 719.83, B: 32.08, T: 33.16, W: 79.6</p>	<p>Surówka z marchewki 150g Składniki: Marchew, <u>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</u>, Pieprz</p> <p><u>Kasza jęczmienna</u>, perłowa, gotowana 250g (gluten)</p> <p>Zupa z fasolką, ziemniakami i mięsem z kurczaka 401g Składniki: Woda, Ziemniaki, Pierś z kurczaka, Fasola szparagowa, Soczewica czerwona, Cebula, Woda, Oliwa z oliwek, Pieprz</p> <p>Sos koperkowy 50g Składniki: <u>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko)</u>, Woda, Koperek</p> <p>Pieczone eskalopki drobiowe 150g Składniki: Pierś z kurczaka, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Mąka pszenna, typ 500 (gluten)</u>, Olej rzepakowy</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 735.16, B: 50.5, T: 17.26, W: 101.24</p>	<p>Ziemniaki 250g</p> <p>Surówka z marchewka i koperkiem 150g Składniki: Marchew, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz</p> <p>Krem z białych warzyw 400g Składniki: Kalafior, <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Pietruszka, Por, Pietruszka, Cukinia, Dynia, Olej rzepakowy, Gałka muszkat., Pieprz</p> <p>Gotowany gulasz drobiowy 150g Składniki: Pierś z kurczaka, Marchew, <u>Włoszczyzna (seler)</u>, Cebula, Papryka, Pieprz</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 692.24, B: 31.87, T: 28.85, W: 88.96</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami (400 g) 400g Składniki: Woda, <u>Włoszczyzna (seler)</u>, Mięso z ud kurczaka, Ziemniaki, Cebula, <u>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)</u>, Pomidor, Czosnek, Koperek, Liście laurowe, Olej rzepakowy, Ziele angielskie</p> <p>Ziemniaki 250g</p> <p>Udka z kurczaka z warzywami pieczone w rękawie 149g Składniki: Udko kurczaka, Pomidor, Cukinia, Marchew, Limonka, Koncentrat pomid. 30%, Czosnek, Papryka</p> <p>Buraki gotowane skropione oliwą 200g Składniki: Buraki, Oliwa z oliwek</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 634.39, B: 34.07, T: 24.05, W: 79.44</p>	<p>Rosół 400g Składniki: Woda, Por, Pietruszka, Marchew, <u>Makaron bezglutenowy (gluten)</u>, Cebula, <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Liście laurowe, Czosnek, Pietruszka, Ziele angielskie</p> <p>Surówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny 150g Składniki: <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Marchew, Cytryna, Olej rzepakowy</p> <p>Duszona pierś kurczaka w sosie pomidorowym 150g Składniki: Pierś z kurczaka, Passata - przetarte pomidory, Cebula, Koncentrat pomid. 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 515.11, B: 33.17, T: 13.16, W: 75.05</p>	<p>Gołąbki ekspresowe 113g Składniki: Przekier pomidorowy, Mielone z indyka, Ryż basmati, <u>Jaja kurze całe (jaja)</u>, <u>Kasza manna (gluten)</u>, Mąka kukurydziana, Olej rzepakowy</p> <p>Zupa grysikowa 401g Składniki: Bulion warzywny w słoiku (przed przygotowaniem), <u>Seler korzeniowy (seler)</u>, Pierś z kurczaka, Marchew, Udko kurczaka, Pietruszka, <u>Kasza manna (gluten)</u>, Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie</p> <p>Ryż biały 250g</p> <p>Marchew gotowana skropiona oliwą 160g Składniki: Marchew, Oliwa z oliwek</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 708.49, B: 28.21, T: 17.88, W: 114.91</p>	<p>Ziemniaki z koperkiem 250g Składniki: Ziemniaki, Koperek</p> <p>Surówka z buraków 150g Składniki: Buraki, Jabłko, Marchew, Oliwa z oliwek, Pietruszka</p> <p>Zupa warzywna z ziemniakami 400g Składniki: <u>Włoszczyzna (seler)</u>, <u>Włoszczyzna (seler)</u>, Ziemniaki, Woda, Olej rzepakowy, Koperek, Czosnek</p> <p>Pierś z kurczaka pieczona z koperkiem 100g Składniki: Pierś z kurczaka, <u>Masło ekstra (mleko)</u>, Koperek</p> <p>Herbata owocowa 250g</p> <p>E: 637.12, B: 32.56, T: 20.95, W: 91.95</p>
Podwieczorek	<p>Galaretka z jabłkiem 200g Składniki: Galaretka owocowa (po przyrządzeniu), Jabłko</p> <p>E: 102.4, B: 2.36, T: 0.32, W: 22.88</p>	<p>Banan 130g</p> <p>E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55</p>	<p>Kisiel z jagodami 200g Składniki: Kisiel owocowy, Jagody leśne (czarne jagody)</p> <p>E: 177.12, B: 0.85, T: 0.45, W: 44.68</p>	<p>Banan 130g</p> <p>E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55</p>	<p>Herbatniki 30g (gluten, soja, mleko)</p> <p>E: 130.8, B: 2.46, T: 3.3, W: 23.04</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>E: 80, B: 0.64, T: 0.64, W: 19.36</p>	<p>Banan 130g</p> <p>E: 126.1, B: 1.3, T: 0.39, W: 30.55</p>

	piątek 2026-05-08	sobota 2026-05-09	niedziela 2026-05-10	poniedziałek 2026-05-11	wtorek 2026-05-12	środa 2026-05-13	czwartek 2026-05-14
Kolacja	<p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 120g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Szynka miódowa 60g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Mix sałat z burakiem 25g</p> <p>Kremowy twarożek z ricottą 50g Składniki: Ser twarogowy (twaróg) chudy (mleko), Ser Ricotta (mleko), Pietruszka</p> <p>E: 600.8, B: 27.03, T: 22.01, W: 76.17</p>	<p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Marchew 50g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Chleb baltonowski 120g (gluten)</p> <p>Szynka kanapkowa 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Hummus 30g (sezam)</p> <p>E: 576, B: 16.92, T: 24.76, W: 75.9</p>	<p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 120g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Salata 25g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Szynka z indyka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 55g (jaja)</p> <p>E: 569.8, B: 21.6, T: 24.27, W: 69.04</p>	<p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Półdewica sopocka 60g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Salata 25g</p> <p>Marchew 50g</p> <p>Dżem brzoskwiniowy 30g</p> <p>Chleb baltonowski 120g (gluten)</p> <p>E: 596.1, B: 22.75, T: 20.82, W: 83.01</p>	<p>Pomidor 50g</p> <p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Mix sałat z roszponką 25g</p> <p>Chleb baltonowski 120g (gluten)</p> <p>Szynka miódowa 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Ser twarogowy w plastrach 30g</p> <p>E: 600.8, B: 17.95, T: 27.81, W: 71.98</p>	<p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 120g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Roszonka 25g</p> <p>Szynka z indyka 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Twarożek grani z koperkiem 100g Składniki: Twarożek Domowy grani naturalny (mleko), Koperek</p> <p>E: 580.27, B: 25.36, T: 22.65, W: 71.36</p>	<p>Szynka parzona 30g (gluten, soja, mleko, seler)</p> <p>Masło ekstra 20g (mleko)</p> <p>Chleb baltonowski 120g (gluten)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Salata 15g</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Pasta jajeczna z koperkiem 50g Składniki: Jaja kurze całe (jaja), Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu (mleko), Koperek</p> <p>E: 550.32, B: 19.01, T: 22.82, W: 69.98</p>
Posiłek nocny	<p>Herbatniki 30g (gluten, soja, mleko)</p> <p>E: 130.8, B: 2.46, T: 3.3, W: 23.04</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 100g (mleko)</p> <p>E: 52, B: 4, T: 1.5, W: 5.5</p>	<p>Serek homogenizowany naturalny 150g</p> <p>E: 169.5, B: 10.8, T: 11.25, W: 6.3</p>	<p>Babka biszkoptowa 50g (gluten, jaja, mleko)</p> <p>E: 169.5, B: 4.25, T: 2.1, W: 33.55</p>	<p>Mus bananowo - brzoskwiniowy 150g Składniki: Banan, Brzoskwinia</p> <p>E: 116.66, B: 1.5, T: 0.39, W: 28.13</p>	<p>Herbatniki 30g (gluten, soja, mleko)</p> <p>E: 130.8, B: 2.46, T: 3.3, W: 23.04</p>
Suma	E: 2446.11 B: 103.75, T: 91.12, W: 317.14,	E: 2502.41 B: 116.58, T: 91.25, W: 319.07,	E: 2683.24 B: 103.85, T: 87.96, W: 391.5,	E: 2710.15 B: 110.7, T: 112.91, W: 331.08,	E: 2461.22 B: 101.73, T: 91.62, W: 323.45,	E: 2466.38 B: 91.72, T: 79.58, W: 361.93,	E: 2385.88 B: 99.89, T: 86.02, W: 323.37,

Legenda alergenów 01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne