

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-05 poniedziałek	Podstawowa Obrzyce	Kasza kuskus na mleku 300 g (MLEKO, GLUT PSZ) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Wędlina szynka konserwowa 40 g (SOJA) Pomidor 80 g	Koktajl bananowy na jogurcie natrualnym 150 g (MLEKO)	zupa szpinakowa 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Łazanki kapusty kwaszonej z kielbasą drbiową wieprzową 400 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, GLUT PSZ) Jabłko 1szt 120 g Napój owocowy bez cukru 250 g		Wędlina Polędwica Wiśniowa wieprzowa 60 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Sałatka z makreli G 50 g (GLUTEN, JAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY) Sałatka szwedzka 80 g	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 779 Białko ogółem [g] 118,2 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 371,7 Sól [g] 13,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,9 Glukoza [g] 7,5 Fruktoza [g] 11,2 Laktoza [g] 14,3 Błonnik pokarmowy [g] 29 suma cukrów prostych [g] 92,7 Witamina A [mg] 1 260,2 Witamina C [mg] 108,2 WW [Por] 37,2
	Dzieci obrzyce	Kasza kuskus na mleku 300 g (MLEKO, GLUT PSZ) Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Wędlina szynka konserwowa 40 g (SOJA) Pomidor 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml	Koktajl bananowy na jogurcie natrualnym 150 g (MLEKO)	zupa szpinakowa 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Nuggetsy z kurczaka 100 g Sos jogurtowo-ziolowy 100 g (MLEKO) Napój owocowy bez cukru 250 g Ziemniaki gotowane 230 g	Baton zbożowy 1szt/40g, 40 g (GLUT ŻYT)	Wędlina Polędwica Wiśniowa wieprzowa 60 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Sałatka z makreli G 50 g (GLUTEN, JAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY) Sałatka szwedzka 80 g	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 352,8 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 341,7 Sól [g] 13,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1 121,4 Glukoza [g] 5 Fruktoza [g] 4,5 Laktoza [g] 29,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 suma cukrów prostych [g] 96,7 Witamina A [mg] 17 372,7 Witamina C [mg] 97,1 WW [Por] 36,1

2025-05-05 poniedziałek	Cukrzyca obrz.	Kasza kuskus na mleku 300 g (MLEKO, GLUT PSZ) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g Wędlina szynka konserwowa 60 g (SOJA)	Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)	zupa szpinakowa 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Potrawka drobiowa z filetem kurczaka 200g 200 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g dynia gotowana 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g	Jabłko 1szt 120 g	Wędlina Polędwica Wiśniowa wieprzowa 60 g (AJAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% 20 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Sałatka z makreli G 50 g (GLUTEN, AJAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY) Sałatka szwedzka 80 g	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 417,3 Białko ogółem [g] 105,6 Tłuszcz [g] 65,2 Węglowodany ogółem [g] 359,3 Sól [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7 Glukoza [g] 8,1 Fruktoza [g] 11,8 Laktoza [g] 16,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 suma cukrów prostych [g] 96,7 Witamina A [mg] 3 738,5 Witamina C [mg] 112,2 WW [Por] 35,9
	Lekkostrawna obrz.	Kasza kuskus na mleku 300 g (MLEKO, GLUT PSZ) Dżem truskawkowy 1szt 25 g Wędlina szynka konserwowa 60 g (SOJA) Pomidor 80 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml	Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)	zupa szpinakowa 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Potrawka drobiowa z filetem kurczaka 200g 200 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Dynia gotowana 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g		Wędlina Polędwica Wiśniowa wieprzowa 60 g (AJAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Sałatka z makreli G 50 g (GLUTEN, AJAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY) Liść sałaty 20 g Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% 20 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ)	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 420 Białko ogółem [g] 113,2 Tłuszcz [g] 58,8 Węglowodany ogółem [g] 370,9 Sól [g] 11,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36 Glukoza [g] 14,9 Fruktoza [g] 14,5 Laktoza [g] 16,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 suma cukrów prostych [g] 105,4 Witamina A [mg] 1 525,1 Witamina C [mg] 106,2 WW [Por] 37,1

2025-05-06 wtorek	Podstawowa Obrzyce	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa 80 g Ogórek świeży zielony 80 g Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% 20 g Chleb bałnowoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Drożdżówka z budyniem 1 szt. 80 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa pejzanka z ziemniakami i białą fasolą 400 g (SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Sos pomidorowy 150 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Gołąbki zawijane z mięsem wieprzowym i ryżem 150g 150 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SELER)		Herbata b/cukru 200 ml Salatka z tuńczykiem, ryżem, marchewką w jogurcie 120 g (RYBY, SOJA, MLEKO) Chleb bałnowoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Wędlina schab ojca Grzegorza wieprzowa 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Pomidor 80 g	Owsianka w tubce 100g 1 szt (GLUTEN)	Wartość energetyczna[kcal] 2 795,8 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 457,2 Sól [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Glukoza [g] 9,7 Fruktoza [g] 11,7 Laktoza [g] 14,9 Błonnik pokarmowy [g] 42,8 suma cukrów prostych [g] 92 Witamina A [mg] 2 228,3 Witamina C [mg] 168,2 WW [Por] 45,7
	Dzieci obrzyce	Herbata b/cukru 200 ml Platki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Ogórek świeży zielony 80 g Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Chleb bałnowoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa 80 g	Drożdżówka z budyniem 1 szt. 80 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa pejzanka z ziemniakami i białą fasolą 400 g (SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Sos pomidorowy 150 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Gołąbki zawijane z mięsem wieprzowym i ryżem 150g 150 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SELER)	Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)	Salatka z tuńczykiem, ryżem, marchewką w jogurcie 120 g (RYBY, SOJA, MLEKO) Chleb bałnowoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 250 ml Wędlina schab ojca Grzegorza wieprzowa 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Pomidor 80 g	Owsianka w tubce 100g 1 szt (GLUTEN)	Wartość energetyczna[kcal] 3 072,6 Białko ogółem [g] 116,3 Tłuszcz [g] 74,8 Węglowodany ogółem [g] 486,2 Sól [g] 12,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1 120,4 Glukoza [g] 9,7 Fruktoza [g] 11,7 Laktoza [g] 29,9 Błonnik pokarmowy [g] 45,1 suma cukrów prostych [g] 108,1 Witamina A [mg] 18 379,5 Witamina C [mg] 169,2 WW [Por] 50,6

2025-05-06 wtorek	Cukrzyca obrz.	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Wędlina Szynekowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa 80 g Ogórek plastry 80 g Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% 20 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Kiwi 1 szt 75 g	Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa peizanka z ziemniakami i białą fasolą 400 g (SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Sos pomidorowy 150 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ) Surówka z selera i jabłka 150 g (SELER)	Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)	Herbata b/cukru 200 ml Salatka z tuńczykiem, ryżem, marchewką w jogurcie 120 g (RYBY, SOJA, MLEKO) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Wędlina schab ojca Grzegorza wieprzowa 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Pomidor 80 g	Owsianka w tubce 100g 1 szt (GLUTEN)	Wartość energetyczna[kcal] 2 618,6 Białko ogółem [g] 109,6 Tłuszcz [g] 61,9 Węglowodany ogółem [g] 419,7 Sól [g] 10,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Glukoza [g] 11,7 Fruktoza [g] 13,8 Laktoza [g] 17,5 Błonnik pokarmowy [g] 40,1 suma cukrów prostych [g] 81,3 Witamina A [mg] 2 161,1 Witamina C [mg] 171,1 WW [Por] 41,9
	Lekkostrawna obrz.	Herbata b/cukru 200 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Wędlina Szynekowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa 80 g Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ)	Drożdżówka z budyniem 1 szt. 80 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Sos pomidorowy 150 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ) Marchew gotowana 150 g		Herbata b/cukru 200 ml Salatka z tuńczykiem, ryżem, marchewką w jogurcie 120 g (RYBY, SOJA, MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% 20 g Wędlina schab ojca Grzegorza wieprzowa 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Pomidor 80 g	Owsianka w tubce 100g 100 g (GLUTEN)	Wartość energetyczna[kcal] 2 871,3 Białko ogółem [g] 119 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 443,6 Sól [g] 9,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,5 Glukoza [g] 7,5 Fruktoza [g] 8,3 Laktoza [g] 16,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 82,2 Witamina A [mg] 4 191,9 Witamina C [mg] 123,3 WW [Por] 44,3

2025-05-07 środa	Podstawowa Obrzyce	Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Mozzarella mini kulki 40 g (MLEKO) Chleb bałtownowski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Liść sałaty 5 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor w ćwiartki 80 g Wędlina Delikatesowa drobiowa 50% indyka/40% kurczak 40 g	Banan 160 g	Zupa wiejska z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ryż biały gotowany 230 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml Potrąwka drobiowa z filetem kurczaka 200g 150 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Buraczki gotowane z olejem 150 g		Jajko gotowane 100 g (JAJA) Chleb bałtownowski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Ogórek kiszony 80 g Liść sałaty 5 g	Serek homogenozwany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 563,7 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 349,7 Sól [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,2 Glukoza [g] 7,4 Fruktoza [g] 8,1 Laktoza [g] 15,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 suma cukrów prostych [g] 72,2 Witamina A [mg] 1 577,4 Witamina C [mg] 66,3 WW [Por] 35,3
	Dzieci obrzyce	Wędlina Delikatesowa drobiowa 50% indyka/40% kurczak 40 g Chleb bałtownowski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 80 g Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Mozzarella mini kulki 40 g (MLEKO)	Banan 160 g	Zupa wiejska z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ryż biały gotowany 230 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml Buraczki gotowane z olejem 150 g Potrąwka drobiowa z filetem kurczaka 200g 150 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ)	Kisiel z cukrem 150 ml	Jajko gotowane 100 g (JAJA) Chleb bałtownowski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Ogórek kiszony 80 g Liść sałaty 5 g	Serek homogenozwany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 907,8 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 85 Węglowodany ogółem [g] 404,2 Sól [g] 12,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1 130,8 Glukoza [g] 7,4 Fruktoza [g] 8,1 Laktoza [g] 27,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 suma cukrów prostych [g] 95,5 Witamina A [mg] 17 703,9 Witamina C [mg] 65,8 WW [Por] 42,7

2025-05-07 środa	Cukrzyca obrz.	Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Parówka lux drobiowo wieprzowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g herbata bez cukru 200 ml Pomidor 80 g Ketchup saszetka 1 szt	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Zupa wiejska z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ryż brązowy gotowany 230 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml Potrąwka drobiowa z filetem kurczaka 200g 150 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Buraczki gotowane z olejem 150 g	Kisiel bez cukru 150 ml	Jajko gotowane 100 g (JAJA) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Ogórek kiszony 80 g Liść salaty 5 g	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 878,6 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 114,9 Węglowodany ogółem [g] 367,8 Sól [g] 9,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 57,8 Glukoza [g] 3 Fruktoza [g] 4,4 Laktoza [g] 17,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 suma cukrów prostych [g] 74,1 Witamina A [mg] 1 594,6 Witamina C [mg] 79,4 WW [Por] 36,9
	Lekkostrawna obrz.	Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Parówka lux drobiowo wieprzowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor w ćwiartki 80 g Ketchup saszetka 1 szt	Mus owocowy Musiak 100g 1 szt	Zupa wiejska z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ryż biały gotowany 230 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml Potrąwka drobiowa z filetem kurczaka 200g 150 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Buraczki gotowane z olejem 150 g		Jajko gotowane 100 g (JAJA) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Liść salaty 10 g	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 823,5 Białko ogółem [g] 105,7 Tłuszcz [g] 104 Węglowodany ogółem [g] 387 Sól [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51,3 Glukoza [g] 3,8 Fruktoza [g] 4,6 Laktoza [g] 15,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 89,4 Witamina A [mg] 1 550 Witamina C [mg] 77,2 WW [Por] 38,8

2025-05-08 czwartek	Podstawowa Obrzyce	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLEKO, GLU JĘCZ) Wędlina Połudwica Sopocka wieprzowa 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g Chleb bałtnowski psz-żyt 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT) Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT)	Jabłko gotowane 1szt 120 g	Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Gulasz z szynki wieprzowej 180 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Mieszanka królewska gotowana (brokuł,kalafior,ma rchewka) 150 g (SELER) Kasza gryczana gotowana 230 g Napój owocowy bez cukru 250 g		Herbata b/cukru 200 ml Pieczeń myśliwska wieprzowa 60 g (SOJA) Chleb bałtnowski psz-żyt 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT) Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Ogórek świeży zielony 80 g Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT)	Serek Kiri przekąska 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 569,3 Białko ogółem [g] 116,2 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 368,3 Sól [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,7 Glukoza [g] 5,4 Fruktoza [g] 9,3 Laktoza [g] 14,5 Błonnik pokarmowy [g] 37 suma cukrów prostych [g] 58 Witamina A [mg] 980,4 Witamina C [mg] 99,7 WW [Por] 37
	Dzieci obrzyce	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLEKO, GLU JĘCZ) Wędlina Połudwica Sopocka wieprzowa 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Pomidor 80 g Chleb bałtnowski psz-żyt 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml	Jabłko gotowane 1szt 120 g	Napój owocowy bez cukru 250 g Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Gulasz z szynki wieprzowej 200 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Mieszanka królewska gotowana (brokuł,kalafior,ma rchewka) 100 g (SELER) Kasza gryczana gotowana 230 g	Smoothie z porzeczki, banana i orzechów 200 g (ORZECY)	Herbata b/cukru 200 ml Pieczeń myśliwska wieprzowa 60 g (SOJA) Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Chleb bałtnowski psz-żyt 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT) Ogórek świeży zielony 80 g	Serek Kiri przekąska 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 865,6 Białko ogółem [g] 124,7 Tłuszcz [g] 85,9 Węglowodany ogółem [g] 395,2 Sól [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1 133,3 Glukoza [g] 9,5 Fruktoza [g] 13,2 Laktoza [g] 26,4 Błonnik pokarmowy [g] 42,2 suma cukrów prostych [g] 83,1 Witamina A [mg] 17 135,6 Witamina C [mg] 195,9 WW [Por] 41,5

2025-05-08 czwartek	Cukrzyca obrz.	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLEKO, GLU JĘCZ) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 80 g Wędlina Połudwica Sopocka wieprzowa 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Chleb razowy psz-żyt 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Jabłko gotowane 1szt 120 g	Napój owocowy bez cukru 250 g Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Gulasz z szynki wieprzowej 200 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Mieszanka królewska gotowana (brokuł,kalafior,ma rchewka) 150 g (SELER) Kasza gryczana gotowana 230 g	Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)	Herbata b/cukru 200 ml Pieczeń myśliwska wieprzowa 40 g (SOJA) Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Ogórek świeży zielony 80 g Chleb razowy psz-żyt 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Serek Kiri przekąska 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 591,4 Białko ogółem [g] 114,2 Tłuszcz [g] 73,7 Węglowodany ogółem [g] 376,4 Sól [g] 10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,4 Glukoza [g] 5,3 Fruktoza [g] 9,2 Laktoza [g] 17,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,9 suma cukrów prostych [g] 63,7 Witamina A [mg] 1 069,2 Witamina C [mg] 100,8 WW [Por] 37,7
	Lekkostrawna obrz.	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLEKO, GLU JĘCZ) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 80 g Wędlina Połudwica Sopocka wieprzowa 40 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO)	Jabłko gotowane 1szt 120 g	Napój owocowy bez cukru 250 g Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Gulasz z szynki wieprzowej 200 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Mieszanka królewska gotowana (brokuł,kalafior,ma rchewka) 150 g (SELER) Ziemniaki gotowane 230 g		Herbata b/cukru 200 ml Pieczeń myśliwska wieprzowa 40 g (SOJA) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Pomidor 80 g	Serek Kiri przekąska 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 379,6 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 331,3 Sól [g] 9,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,1 Glukoza [g] 6,4 Fruktoza [g] 10,5 Laktoza [g] 15,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 61,7 Witamina A [mg] 1 132,5 Witamina C [mg] 144 WW [Por] 33,2

2025-05-09 piątek	Podstawowa Obrzyce	Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Twaróg - plastry 80 g (MLEKO) Dżem truskawkowy 1szt 25 g Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Kakao na mleku z cukrem 200 ml (MLEKO) Bułka pszenna (75g) 80 g (GLUT PSZ) Liść salaty 5 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)	zupa szczawiowa z ryżem brązowym 400 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SELER) Napój owocowy bez cukru 250 g Filet z mintaja panierowany 140-160g 140 g (GLUTEN, RYBY) Sos grecki 150 ml (SELER, GLUT PSZ)		Paprykarz 50 g (RYBY) Ser topiony 50 g (MLEKO) Salatka szwedzka 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść salaty 5 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt Wafle ryżowe 1szt-15g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 865,5 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 77,3 Węglowodany ogółem [g] 448,1 Sól [g] 12,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,4 Glukoza [g] 17,7 Fruktoza [g] 20,9 Laktoza [g] 21,2 Błonnik pokarmowy [g] 31 suma cukrów prostych [g] 115,8 Witamina A [mg] 2 206,2 Witamina C [mg] 105,1 WW [Por] 45
	Dzieci obrzyce	Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Twaróg - plastry 80 g (MLEKO) Dżem truskawkowy 1szt 25 g Liść salaty 5 g Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Kakao na mleku z cukrem 200 ml (MLEKO) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Rogal 1 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)	zupa szczawiowa z ryżem brązowym 400 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SELER) Napój owocowy bez cukru 250 g Filet z mintaja panierowany 140-160g 140 g (GLUTEN, RYBY) Sos grecki 150 ml (SELER, GLUT PSZ)	Banan 160 g	Paprykarz 50 g (RYBY) Ser topiony 50 g (MLEKO) Salatka szwedzka 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Liść salaty 5 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt Wafle ryżowe 1szt-15g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 3 167,9 Białko ogółem [g] 105,2 Tłuszcz [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 482,9 Sól [g] 13,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1 124,3 Glukoza [g] 22,1 Fruktoza [g] 24,6 Laktoza [g] 33,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 154,2 Witamina A [mg] 18 388,5 Witamina C [mg] 114,2 WW [Por] 50,4

2025-05-09 piątek	Cukrzyca obrz.	Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Twaróg - plastry 100 g (MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Kakao na mleku bez cukru 200 ml (MLEKO) Bułka grahamka 1 szt 80 g (GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść salaty 5 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)	zupa szczawiowa z ryżem brązowym 400 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SELER) Napój owocowy bez cukru 250 g Filet z mintaja panierowany 140-160g 140 g (GLUTEN, RYBY) Sos grecki 150 ml (SELER, GLUT PSZ)	Jabłko gotowane 1szt 120 g	Paprykarz 50 g (RYBY) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Salatka szwedzka 80 g Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 120 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść salaty 5 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt Wafle ryżowe 1szt-15g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 637,9 Białko ogółem [g] 102,5 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 408,8 Sól [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 Glukoza [g] 8,2 Fruktoza [g] 14,9 Laktoza [g] 21,3 Błonnik pokarmowy [g] 36 suma cukrów prostych [g] 84,5 Witamina A [mg] 2 183,5 Witamina C [mg] 94,2 WW [Por] 41,1
	Lekkostrawna obrz.	Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Twaróg - plastry 80 g (MLEKO) Dżem truskawkowy 1szt 25 g Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Kakao na mleku z cukrem 200 ml (MLEKO) Bułka pszenna (75g) 80 g (GLUT PSZ) Chleb pszenny 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Liść salaty 5 g	Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)	Zupa ryżowa 400 ml (SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Surówka z selera i jabłka 150 g (SELER) Napój owocowy bez cukru 250 g Filet z ryby mintaj parowany 100 g (RYBY) Sos grecki 150 ml (SELER, GLUT PSZ)		Paprykarz 50 g (RYBY) Serek kanapkowy biały plastry 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Liść salaty 5 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt Wafle ryżowe 1szt-15g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 515,9 Białko ogółem [g] 117 Tłuszcz [g] 54,9 Węglowodany ogółem [g] 398,7 Sól [g] 9,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Glukoza [g] 18,7 Fruktoza [g] 22 Laktoza [g] 22 Błonnik pokarmowy [g] 26,9 suma cukrów prostych [g] 113,3 Witamina A [mg] 2 425,2 Witamina C [mg] 116,4 WW [Por] 39,9

2025-05-10 sobota	Podstawowa Obrzyce	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek kanapkowy biały plastry 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb bałtnowoski psz-żyt 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO)	Żurek 400 ml (MLEKO, SELER, GORCZY) Makaron gotowany 230 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Sos do spaghetti mięsa wieprzowego (mięso 100g/sos 150ml) 200 g (SELER, GLUT PSZ) Napój owocowy bez cukru 250 g Surówka z rzodkwi białej, marchwi z jogurtem 150 g (MLEKO) Napój owocowy bez cukru 250 g		Wędlina szynka konserwowa 40 g (SOJA) Pasta z jajka ze szczypiorkiem i jogurtem 50 g (JAJA, MLEKO) Chleb bałtnowoski psz-żyt 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Pomidor 80 g	Owsianka w tubce 100g 1 szt (GLUTEN)	Wartość energetyczna[kcal] 2 557,4 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 358,8 Sól [g] 9,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,5 Glukoza [g] 5,8 Fruktoza [g] 6,7 Laktoza [g] 19,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 suma cukrów prostych [g] 74,6 Witamina A [mg] 2 052 Witamina C [mg] 97,1 WW [Por] 35,9
	Dzieci obrzyce	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek kanapkowy biały plastry 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Chleb bałtnowoski psz-żyt 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO)	Żurek 400 ml (MLEKO, SELER, GORCZY) Makaron gotowany 230 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Sos do spaghetti mięsa wieprzowego (mięso 100g/sos 150ml) 150 g (SELER, GLUT PSZ) Surówka z rzodkwi białej, marchwi z jogurtem 150 g (MLEKO) Napój owocowy bez cukru 250 g	Kasza manna na gęsto z musem truskawkowym 200 g (MLEKO, GLUT PSZ)	Wędlina szynka konserwowa 40 g (SOJA) Chleb bałtnowoski psz-żyt 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Pasta z jajka ze szczypiorkiem i jogurtem 50 g (JAJA, MLEKO) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml	Owsianka w tubce 100g 1 szt (GLUTEN)	Wartość energetyczna[kcal] 2 931,5 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 91,1 Węglowodany ogółem [g] 409,3 Sól [g] 10,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1 130,9 Glukoza [g] 7,3 Fruktoza [g] 8,1 Laktoza [g] 40,8 Błonnik pokarmowy [g] 33 suma cukrów prostych [g] 91 Witamina A [mg] 18 208,6 Witamina C [mg] 136,2 WW [Por] 43,1

Jadłospisy z 18. tygodnia, tj. od dnia 2025-05-05 do dnia 2025-05-11 KUCHNIA OGÓLNA

2025-05-10 sobota	Cukrzyca obrz.	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek kanapkowy biały plastry 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g herbata bez cukru 250 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO)	Zupa brokułowa 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Makaron pełnoziarnisty gotowany 230 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Sos do spaghetti mięsa wieprzowego (mięso 100g/sos 150ml) 150 g (SELER, GLUT PSZ) Surówka z rzodkwi białej, marchwi z jogurtem 150 g (MLEKO) Napój owocowy bez cukru 250 g	Kasza manna na gęsto z musem truskawkowym 200 g (MLEKO, GLUT PSZ)	Wędlina szynka konserwowa 40 g (SOJA) Pasta z jajka ze szczypiorkiem i jogurtem 50 g (JAJA, MLEKO) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Pomidor 80 g	Owsianka w tubce 100g 1 szt (GLUTEN)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 777,9 Białko ogółem [g] 111,8 Tłuszcz [g] 80,9 Węglowodany ogółem [g] 412,9 Sól [g] 9,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,8 Glukoza [g] 7,6 Fruktoza [g] 8,3 Laktoza [g] 29,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 suma cukrów prostych [g] 81,5 Witamina A [mg] 2 109 Witamina C [mg] 152,6 WW [Por] 41,4
	Lekkostrawna obrz.	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek kanapkowy biały plastry 20 g (MLEKO) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ)	Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO)	Zupa brokułowa 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Makaron gotowany 230 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Sos do spaghetti mięsa wieprzowego (mięso 100g/sos 150ml) 150 g (SELER, GLUT PSZ) Szpinak gotowany 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Napój owocowy bez cukru 250 g		Wędlina szynka konserwowa 40 g (SOJA) Pasta z jajka ze szczypiorkiem i jogurtem 40 g (JAJA, MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 80 g	Owsianka w tubce 100g 1 szt (GLUTEN)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 678,1 Białko ogółem [g] 117,4 Tłuszcz [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 349,4 Sól [g] 9,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,9 Glukoza [g] 4,2 Fruktoza [g] 4,8 Laktoza [g] 22,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 suma cukrów prostych [g] 50,4 Witamina A [mg] 2 245 Witamina C [mg] 152,5 WW [Por] 35,1
2025-05-11 niedziela	Podstawowa Obrzyce	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlina filet zapiekany 60 g Serek Almette ziołowy mini 1 szt. 30 g (MLEKO) Ogórek plastry 80 g Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Karkówka wieprzowa pieczona - duszona 100 g Surówka z czerwonej kapusty i oleju 150 g Sos pietruszkowy 150 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml		Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Paszтет z żurawiną 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Papryka w słupki 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Herbatniki be-be 16g 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 365,9 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 313,6 Sól [g] 9,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 55,9 Glukoza [g] 8 Fruktoza [g] 8,9 Laktoza [g] 16,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 suma cukrów prostych [g] 48,3 Witamina A [mg] 2 176,9 Witamina C [mg] 241,9 WW [Por] 31,5

2025-05-11 niedziela	Dzieci obrzyce	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlina filet zapiekany 60 g Serek Almette ziołowy mini 1 szt. 30 g (MLEKO) Ogórek plastry 50 g Liść salaty 5 g Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Filet z piersi kurczaka gotowany/parowany 100 g Sos pietruszkowy 150 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Surówka z czerwonej kapusty i oleju 150 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt	Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Pasztet z żurawiną 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Papryka w słupki 80 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml	Herbatniki be-be 16g 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY)	Wartość energetyczna[kcal] 2 570,3 Białko ogółem [g] 117,4 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 373,1 Sól [g] 10 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 1 133,8 Glukoza [g] 8,6 Fruktoza [g] 8,9 Laktoza [g] 31,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 91,1 Witamina A [mg] 18 342,9 Witamina C [mg] 251,4 WW [Por] 39,3
	Cukrzyca obrz.	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlina filet gotowany z indyka Alba 90% indyka 60 g (SOJA, SELER, GORCZY) Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO) Liść salaty 5 g Ogórek plastry 80 g Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Kisiel bez cukru 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Filet z piersi kurczaka gotowany/parowany 100 g Sos pietruszkowy 150 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Surówka z czerwonej kapusty i oleju 150 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml Ziemniaki gotowane 230 g	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt	Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Pasztet z żurawiną 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Papryka w słupki 80 g Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Herbatniki be-be 16g 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY)	Wartość energetyczna[kcal] 2 544,9 Białko ogółem [g] 122,8 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 381,2 Sól [g] 7,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,3 Glukoza [g] 8,8 Fruktoza [g] 9,1 Laktoza [g] 15,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 suma cukrów prostych [g] 86,6 Witamina A [mg] 2 024 Witamina C [mg] 242,9 WW [Por] 38,2

2025-05-11 niedziela	Lekkostrawna obrz.	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) Wędlina filet zapiekany 60 g Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUTPSZ)	Kisiel z cukrem 200 ml	Zupa ryżowa 400 ml (SELER) Ziemniaki gotowane 230 g Filet z piersi kurczaka gotowany/parowany 100 g Sos pietruszkowy 150 ml (MLEKO, GLUTPSZ) kalafior gotowany 150 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml		Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Wędlina filet gotowany z indyka Alba 90% indyka 60 g (SOJA, SELER, GORCZY) Pomidor 80 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUTPSZ) Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml	Herbatniki be-be 16g 1 Por (GLUTEN, SOJA, MLEKO, ORZECHY)	Wartość energetyczna[kcal] 2 348 Białko ogółem [g] 130,6 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 346,7 Sól [g] 6,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,8 Glukoza [g] 5,4 Fruktoza [g] 7 Laktoza [g] 14,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 suma cukrów prostych [g] 53,7 Witamina A [mg] 984,6 Witamina C [mg] 162,3 WW [Por] 34,7
----------------------	--------------------	--	------------------------	---	--	---	--	--

Oznaczenia alergenów:

GLUTEN - Zboża zawierające gluten ,
SKOR - Skorupiaki i pochodne,
JAJA - Jaja i pochodne,
RYBY - Ryby i pochodne,
ORZESZEK - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJA - Soja i pochodne,
MLEKO - Mleko i pochodne,
ORZECZY - Orzechy,
SELER - Seler i pochodne,
GORCZY - Gorczyca i pochodne,
SEZAM - Nasiona sezamu i pochodne,
SIARKA - Dwutlenek siarki, siarczyny,
ŁUBIN - Łubin i pochodne,
MIĘCZAK - Mięczaki i pochodne,
GLUT PSZ - GLUTEN PSZENICA ,
GLU JĘCZ - GLUTEN JĘCZMIEN ,
GLUT OWIES - GLUTEN Z OWSA ,
GLUT ŻYT - GLUTEN ŻYTO ,