

	1	2	3	4	5	6	7	
	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
2025-12-08 poniedziałek	Podstawowa Obrzyce	Kasza manna na mleku 350ml 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Pomidor 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) Sałatka jarzynowa (Grześ) 120 g (JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO)	Jabłko 1szt 120 g	Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Udko z kurczaka pieczone 180 g (GORCZY) Sos pietruszkowy 100 g (MLEKO, GLUT PSZ) Surówka z marchewki z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g		Wędlina Połudwica Sopotka wieprzowa 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO) Ogórek świeży zielony 80 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) Masło roślinne 39% 20 g	Baton ryżowy w mlecznej czekoladzie 1 szt/16g 16 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 669,3 Białko ogółem [g] 115,7 Tłuszcz [g] 103,3 Węglowodany ogółem [g] 319 Sól [g] 8,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,6 Glukoza [g] 7,1 Fruktoza [g] 11,1 Laktoza [g] 15,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 suma cukrów prostych [g] 66,6 Witamina A [mg] 2 977,2 Witamina C [mg] 78,9 WW [Por] 31,8
	Dzieci obrzyce	Kasza manna na mleku 350ml 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Pomidor w ćwiartki 80 g Masło 15g 82% tłuszczu 1 szt Herbata b/cukru 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Sałatka jarzynowa (Grześ) 120 g (JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM) Ser topiony Gouda 20 g (MLEKO)	Jabłko 1szt 120 g	Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Udko z kurczaka pieczone 180 g (GORCZY) Sos pietruszkowy 100 g (MLEKO, GLUT PSZ) Surówka z marchewki z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g	Mus owocowy Musiak 100g 1 szt	Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Ogórek świeży zielony 80 g Wędlina Połudwica Sopotka wieprzowa/ 54% mięsa wieprzowego 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY)	Baton ryżowy w mlecznej czekoladzie 1 szt/16g 16 g	Wartość energetyczna [kcal] 2 899,8 Białko ogółem [g] 117,3 Tłuszcz [g] 108,9 Węglowodany ogółem [g] 371,1 Sól [g] 9,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 Glukoza [g] 7,9 Fruktoza [g] 11,3 Laktoza [g] 15,4 Błonnik pokarmowy [g] 32 suma cukrów prostych [g] 92,6 Witamina A [mg] 2 926,5 Witamina C [mg] 80 WW [Por] 37

2025-12-08 poniedziałek	Cukrzyca obrz.	Kasza manna na mleku 350ml 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Sałatka jarzynowa (Grześ) 80 g (JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, GORCZY, SEZAM) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO)	Jabłko 1szt 120 g	Rosół z makaronem razowym 400 ml (GLUTEN, SELER, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ziemniaki gotowane 230 g Udka z kurczaka gotowane 180 g Surówka z marchewki z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)	Mus owocowy Musiak 100g 1 szt	Wędlina Połudwica Sopotcka wieprzowa 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% 20 g Ogórek świeży zielony 80 g	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 812,4 Białko ogółem [g] 121 Tłuszcz [g] 103,6 Węglowodany ogółem [g] 369,1 Sól [g] 7,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,5 Glukoza [g] 7,4 Fruktoza [g] 11 Laktoza [g] 18 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 94,9 Witamina A [mg] 2 704,8 Witamina C [mg] 76,3 WW [Por] 36,7
	Lekkostrawna obrz.	Kasza manna na mleku 350ml 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Wędlina Szynekowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego 60 g Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (MLEKO)	Jabłko 1szt 120 g	Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Udka z kurczaka gotowane 180 g Sos pietruszkowy 100 g (MLEKO, GLUT PSZ) Surówka z marchewki z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g		Wędlina Połudwica Sopotcka wieprzowa 60 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% 20 g Pomidor 80 g	Baton ryżowy w mlecznej czekoladzie 1 szt/16g 16 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 499,5 Białko ogółem [g] 126 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 322,8 Sól [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Glukoza [g] 7,1 Fruktoza [g] 11,6 Laktoza [g] 17,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 suma cukrów prostych [g] 65,7 Witamina A [mg] 2 831 Witamina C [mg] 89,8 WW [Por] 32,1

2025-12-09 wtorek	Podstawowa Obrzyce	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLEKO, GLU JĘCZ) Wędlina Szykowa dębowa drobiowa 82% mięsa 40 g Jajko gotowane 50 g (JAJA) Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Papryka w słupki 80 g	Mus owocowy Musiak 100g 1 szt	Zupa grochowa 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Kotlet pożarski wieprzowy pieczony 100 g (GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ) Sos jarzynowy 100 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Dyńa gotowana z olejem i ziołami 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g		Ketchup saszetka 1szt/15g 1 szt Herbata b/cukru 200 ml Kielbasa zwyczajna wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Ćwikła z chrzanem Rolnik 80 g	Serek Kiri przekąska 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 563 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 80,8 Węglowodany ogółem [g] 372,7 Sól [g] 11,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,2 Glukoza [g] 4,1 Fruktoza [g] 3,7 Laktoza [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 suma cukrów prostych [g] 83,4 Witamina A [mg] 1 666,8 Witamina C [mg] 195,4 WW [Por] 37,4
	Dzieci obrzyce	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLEKO, GLU JĘCZ) Wędlina Szykowa dębowa drobiowa 82% mięsa 40 g Jajko gotowane 50 g (JAJA) Herbata b/cukru 200 ml Masło 15g 82% tłuszczu 1 szt Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Papryka w słupki 80 g	Mus 100% owoców 1szt/120g 1 szt	Zupa grochowa 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Kotlet pożarski wieprzowy pieczony 100 g (GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ) Sos jarzynowy 100 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Dyńa gotowana z olejem i ziołami 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g	Sok pomidorowy 1 szt /300ml 1 szt	Ketchup saszetka 1szt/15g 1 szt Herbata b/cukru 200 ml Kielbasa zwyczajna wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ćwikła z chrzanem Rolnik 80 g	Serek Kiri przekąska 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 690,2 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 388,2 Sól [g] 12,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,5 Glukoza [g] 5,2 Fruktoza [g] 5,1 Laktoza [g] 10,1 Błonnik pokarmowy [g] 40 suma cukrów prostych [g] 85,9 Witamina A [mg] 1 743,1 Witamina C [mg] 211,9 WW [Por] 38,9
	Cukrzyca obrz.	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLEKO, GLU JĘCZ) Wędlina Szykowa dębowa drobiowa 82% mięsa 40 g Jajko gotowane 50 g (JAJA) Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Papryka w słupki 80 g	Mus owocowy Musiak 100g 1 szt	Zupa grochowa 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ) Sos jarzynowy 100 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Dyńa gotowana z olejem i ziołami 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g	Sok pomidorowy 1 szt /300ml 1 szt	Ketchup saszetka 1szt/15g 1 szt Herbata b/cukru 200 ml Kielbasa zwyczajna wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Ćwikła z chrzanem Rolnik 80 g	Serek Kiri przekąska 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 639,8 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 404,2 Sól [g] 11 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,6 Glukoza [g] 5,2 Fruktoza [g] 5,1 Laktoza [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,2 suma cukrów prostych [g] 87,8 Witamina A [mg] 1 783,6 Witamina C [mg] 211,9 WW [Por] 40,5

<p>2025-12-09 wtorek</p>	<p>Lekkostrawna obrz.</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLEKO, GLU JĘCZ) Wędlina Szynkowa dębowa drobiowa 82% mięsa 40 g Jajko gotowane 50 g (JAJA) Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUTPSZ)</p>	<p>Mus owocowy Musiak 100g 1 szt</p>	<p>Zupa grysikowa 400 ml (SELER, GLUTPSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (GLUTEN, JAJA, GLUTPSZ) Sos jarzynowy 150 g (MLEKO, SELER, GLUTPSZ) Dyńa gotowana z olejem i ziołami 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g</p>		<p>Herbata b/cukru 200 ml Kielbasa zwyczajna wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup saszetka 1szt/15g 1 szt Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUTPSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g</p>	<p>Serek Kiri przekąska 1szt (35g) 1 szt (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 522,4 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 75,3 Węglowodany ogółem [g] 371,7 Sól [g] 12,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,8 Glukoza [g] 3,1 Fruktoza [g] 2,7 Laktoza [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 71,8 Witamina A [mg] 1 528,7 Witamina C [mg] 83 WW [Por] 37,2</p>
<p>2025-12-10 środa</p>	<p>Podstawowa Obrzyce</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Kakao na mleku z cukrem 250 ml (MLEKO) Paszтет z pieca z kruszonką wieprz-drob/ mięso wieprzowe 36%, kurczak 17% 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Ogórek kiszony 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUTPSZ) Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN, GLUTPSZ, GLUTŻYT) Liść sałaty 5 g</p>	<p>Banan 160 g</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUTPSZ) Ryż brązowy gotowany 230 g Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 150 g (SELER) Napój owocowy bez cukru 250 g Kociołek meksykański z mięsem mielonym drobiowym 200 g (GLUTEN, JAJA, GLUTPSZ)</p>		<p>Szynka konserwowa Bielez wieprzowa/ 52% mięsa wieprzowego 60 g (SOJA) Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Pomidor 80 g Herbata b/cukru 250 ml Chleb bałtownoski psz-żyt 110 g (GLUTEN, GLUTPSZ, GLUTŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN, GLUTPSZ, GLUTŻYT)</p>	<p>Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 3 044,6 Białko ogółem [g] 116,4 Tłuszcz [g] 93,3 Węglowodany ogółem [g] 458,3 Sól [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 56,7 Glukoza [g] 8,8 Fruktoza [g] 10,6 Laktoza [g] 24,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,5 suma cukrów prostych [g] 98,1 Witamina A [mg] 2 230,6 Witamina C [mg] 101,2 WW [Por] 46</p>

2025-12-10 środa	Dzieci obrzyce	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Kakao na mleku z cukrem 250 ml (MLEKO) Paszтет z pieca z kruszonką wieprz-drob/ mięso wieprzowe 36%, kurczak 17% 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Ogórek kiszony 80 g Masło 15g 82% tłuszczu 1 szt Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUT PSZ) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść sałaty 5 g Liść sałaty 5 g</p>	Banan 160 g	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ryż brązowy gotowany 230 g Kociołek meksykański z mięsem mielonym drobiowym 200 g (GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 150 g (SELER) Napój owocowy bez cukru 250 g</p>	Jogurt miksowany z porzeczką 150 g (MLEKO)	<p>Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Szynka konserwowa Bielesz wieprzowa/ 52% mięsa wieprzowego 60 g (SOJA) Pomidor 80 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb bałnowoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g</p>	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	<p>Wartość energetyczna[kcal] 3 247,7 Białko ogółem [g] 125,3 Tłuszcz [g] 101,2 Węglowodany ogółem [g] 481,1 Sól [g] 12,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 56,6 Glukoza [g] 9,3 Fruktaza [g] 11,2 Laktoza [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 45 suma cukrów prostych [g] 105,2 Witamina A [mg] 2 241,4 Witamina C [mg] 127,9 WW [Por] 48,2</p>
	Cukrzyca obrz.	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Kakao na mleku bez cukru 200 ml (MLEKO) Paszтет z pieca z kruszonką wieprz-drob/ mięso wieprzowe 36%, kurczak 17% 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Ogórek kiszony 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Bułka grahamka 1 szt 80 g (GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść sałaty 5 g</p>	Banan 160 g	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ryż brązowy gotowany 230 g Kociołek meksykański z mięsem mielonym drobiowym 200 g (GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 150 g (SELER) Napój owocowy bez cukru 250 g</p>	Jogurt miksowany z porzeczką 150 g (MLEKO)	<p>Herbata b/cukru 250 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Pomidor 80 g Szynka konserwowa Bielesz wieprzowa/ 52% mięsa wieprzowego 60 g (SOJA)</p>	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	<p>Wartość energetyczna[kcal] 3 092,6 Białko ogółem [g] 120,3 Tłuszcz [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 468,1 Sól [g] 11,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 58,1 Glukoza [g] 9,3 Fruktaza [g] 11,2 Laktoza [g] 28,2 Błonnik pokarmowy [g] 48,8 suma cukrów prostych [g] 97,9 Witamina A [mg] 2 250,5 Witamina C [mg] 127,1 WW [Por] 46,9</p>

2025-12-10 środa	Lekkostrawna obrz.	Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Kakao na mleku z cukrem 250 ml (MLEKO) Chleb pszenny 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Paszтет z pieca z kruszonką wieprz-drob/ mięso wieprzowe 36%, kurczak 17% 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Pomidor 80 g Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Platki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUT PSZ) Liść sałaty 5 g	Banan 160 g	Napój owocowy bez cukru 250 g Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Gulasz drobiowy z kurczaka(udziec z kurczaka) 150 g (MLEKO, SELER) Mieszanka królewska gotowana (brokuł, kalafior, marchewka) z olejem rzepakowym 150 g (SELER)	Herbata b/cukru 250 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Liść sałaty 10 g Szynka konserwowa Bielesz wieprzowa/ 52% mięsa wieprzowego 60 g (SOJA) Pomidor 80 g	Serek homogenizowany naturalny 1szt 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 642,2 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 92,6 Węglowodany ogółem [g] 365,4 Sól [g] 8,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 57,4 Glukoza [g] 9 Fruktoza [g] 8,9 Laktoza [g] 25,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 suma cukrów prostych [g] 92,5 Witamina A [mg] 2 661,1 Witamina C [mg] 153,7 WW [Por] 36,6
2025-12-11 czwartek	Podstawowa Obrzyce	Kasza kuskus na mleku 350 g (MLEKO, GLUT PSZ) Wędlina Szynka Krucha wieprzowa/ 83% mięsa 60 g Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (MLEKO) Ogórek świeży zielony 80 g Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb bałtownoski psz-żyt 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść sałaty 5 g	Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Kaszanka z cebulą 150 g (GLU JĘCZ) Ziemniaki gotowane 230 g Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 150 g Kompot z jabłek bez cukru 250 ml	Herbata b/cukru 200 ml Knedle z nadzieniem morelowym 300 g Sos jogurtowy 150 g (MLEKO)	Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO)	Wartość energetyczna[kcal] 2 292 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 348,1 Sól [g] 10,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,4 Glukoza [g] 6,6 Fruktoza [g] 6,6 Laktoza [g] 22,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,3 suma cukrów prostych [g] 49,9 Witamina A [mg] 661,2 Witamina C [mg] 160 WW [Por] 34,7

2025-12-11 czwartek	Dzieci obrzyce	<p>Kasza kuskus na mleku 350 g (MLEKO, GLUT PSZ) Herbata b/cukru 200 ml Ogórek świeży zielony 80 g Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 15g 82% tłuszczu 1 szt Wędlina Szyńska Krucha wieprzowa/ 83% mięsa 60 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść sałaty 5 g</p>	<p>Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Kompot z jabłek bez cukru 250 ml Nuggetsy z kurczaka 100 g Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 150 g Sos jogurtowo-koperkowy 150 g (MLEKO)</p>	<p>Galaretka owocowa z truskawkami 150 g</p>	<p>Herbata b/cukru 200 ml Sos jogurtowy 150 g (MLEKO) Knedle z nadzieniem morelowym 350 g</p>	<p>Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 560,7 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 409,8 Sól [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,2 Glukoza [g] 6,9 Fruktoza [g] 6,9 Laktoza [g] 26,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 suma cukrów prostych [g] 61,7 Witamina A [mg] 681,6 Witamina C [mg] 174,8 WW [Por] 40,8</p>
	Cukrzyca obrz.	<p>Kasza kuskus na mleku 350 g (MLEKO, GLUT PSZ) Wędlina Szyńska Krucha wieprzowa/ 83% mięsa 80 g Ogórek świeży zielony 80 g herbata bez cukru 250 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Liść sałaty 5 g Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (MLEKO)</p>	<p>Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Gulasz z szynki wieprzowej 200 g (MLEKO, SELER) Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 150 g Kompot z jabłek bez cukru 250 ml</p>	<p>Jabłko 1szt 120 g</p>	<p>Knedle z nadzieniem morelowym 300 g Sos jogurtowy 150 g (MLEKO)</p>	<p>Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 402,4 Białko ogółem [g] 102,1 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 356,7 Sól [g] 8,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Glukoza [g] 9 Fruktoza [g] 13,2 Laktoza [g] 22,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,9 suma cukrów prostych [g] 63,5 Witamina A [mg] 772 Witamina C [mg] 172,2 WW [Por] 35,5</p>

2025-12-11 czwartek	Lekkostrawna obrz.	<p>Kasza kuskus na mleku 350 g (MLEKO, GLUT PSZ) Herbata b/cukru 200 ml Wędlina Szyńska Krucha wieprzowa/ 83% mięsa 80 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Pomidor 80 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Liść sałaty 5 g Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (MLEKO)</p>	<p>Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Gulasz z szynki wieprzowej 200 g (MLEKO, SELER) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot z jabłek bez cukru 250 ml Marchew w kostkę gotowana 150 g</p>		<p>Herbata b/cukru 200 ml Knedle z nadzieniem morelowym 300 g Sos jogurtowy 150 g (MLEKO)</p>	<p>Serek wiejski 1szt. 150 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 315,8 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 336,4 Sól [g] 8,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Glukoza [g] 6,5 Fruktoza [g] 7,6 Laktoza [g] 22,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 suma cukrów prostych [g] 51,3 Witamina A [mg] 3 112,5 Witamina C [mg] 107,9 WW [Por] 33,6</p>
2025-12-12 piątek	Podstawowa Obrzyce	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUT PSZ) Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Jajko gotowane 50g 50 g (JAJA) Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Ogórek świeży zielony 80 g Dżem truskawkowy 1szt 25 g Liść sałaty 5 g</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt. 100 g (MLEKO)</p>	<p>Filet z mintaja panierowany smażony G 140 g (GLUTEN, RYBY) Ziemniaki gotowane 230 g Kompot z jabłek bez cukru 250 ml Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 150 g Sos jarzynowy 150 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ)</p>		<p>Chleb bałtownoski psz-żyt 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Szykowa z indyka (Giż) 40 g Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Pomidor 80 g</p>	<p>Ciastka owsiane b/c 1 szt (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT OWIES, GLUT ŻYT)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 932,3 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 101,6 Węglowodany ogółem [g] 432,7 Sól [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,3 Glukoza [g] 17,4 Fruktoza [g] 19,2 Laktoza [g] 21,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 suma cukrów prostych [g] 106,6 Witamina A [mg] 2 538,6 Witamina C [mg] 122,6 WW [Por] 43,4</p>

2025-12-12-12 piątek	Dzieci obrzyce	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUT PSZ) Masło 15g 82% tłuszczu 1 szt Jajko gotowane 50g 50 g (JAJA) Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Ogórek 80 g Dżem truskawkowy 1szt 25 g Liść salaty 5 g</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt/100g 100 g (MLEKO)</p>	<p>Filet z mintaja panierowany smażony G 140 g (GLUTEN, RYBY) Ziemniaki gotowane 230 g Kompot z jabłek bez cukru 250 ml Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Sos jarzynowy 150 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 150 g</p>	<p>Mandarynka 1szt/ok 80-100g 80 g</p>	<p>Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Szykowa z indyka (Giż) 60 g Pomidor 80 g</p>	<p>Ciastka owsiane b/c 1 szt (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT OWIES, GLUT ŻYT)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 3 032,3 Białko ogółem [g] 112,5 Tłuszcz [g] 108,1 Węglowodany ogółem [g] 435,9 Sól [g] 9,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,5 Glukoza [g] 18,7 Fruktoza [g] 20,3 Laktoza [g] 21,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 112,8 Witamina A [mg] 2 527,9 Witamina C [mg] 145,7 WW [Por] 43,6</p>
	Cukrzyca obrz.	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Pasta z jajka ze szczypiorkiem i jogurtem 80 g (JAJA, MLEKO) Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Ogórek świeży zielony 80 g Liść salaty 5 g</p>	<p>Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Filet z mintaja panierowany smażony G 140 g (GLUTEN, RYBY) Ziemniaki gotowane 230 g Kompot z jabłek bez cukru 250 ml Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 150 g Sos jarzynowy 150 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ)</p>	<p>Jabłko gotowane 1szt 120 g</p>	<p>Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Ser żółty Gouda 40 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Szykowa z indyka (Giż) 40 g Pomidor 80 g</p>	<p>Ciastka owsiane b/c 1 szt (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT OWIES, GLUT ŻYT)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 786,3 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 100 Węglowodany ogółem [g] 403,2 Sól [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,7 Glukoza [g] 8 Fruktoza [g] 13,3 Laktoza [g] 20,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,2 suma cukrów prostych [g] 76,7 Witamina A [mg] 2 726,9 Witamina C [mg] 117,5 WW [Por] 40,4</p>

2025-12-12 piątek	Lekkostrawna obrz.	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Jajko gotowane 50g 50 g (JAJA) Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 80 g Dżem truskawkowy 1szt 25 g Liść sałaty 5 g</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt. 100 g (MLEKO)</p>	<p>Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 100 g (GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Kompot z jabłek bez cukru 250 ml Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Cukinia gotowana 150 g Sos jarzynowy 150 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ)</p>		<p>Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Szynekowa z indyka (Giż) 40 g Pomidor 80 g</p>	<p>Ciastka owsiane b/c 1 szt (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT OWIES, GLUT ŻYT)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 658,2 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 78,1 Węglowodany ogółem [g] 424,4 Sól [g] 8,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 56,3 Glukoza [g] 18,8 Fruktoza [g] 21,1 Laktoza [g] 22,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 suma cukrów prostych [g] 109,3 Witamina A [mg] 1 844 Witamina C [mg] 131,2 WW [Por] 42,4</p>
2025-12-13 sobota	Podstawowa Obrzyce	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 g (MLEKO) Pieczeń mięsna wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 20 g (SOJA) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 ml Liść sałaty 5 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Papryka świeża 80 g Twaróg - plastry 40 g (MLEKO)</p>	<p>kisiel z mieszanki owocowej z cukrem 200 g</p>	<p>Zupa fasolowa z fasoli białej 400 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZY, GLUT PSZ) Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (MLEKO, SELER) Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy 250 g Kasza jęczmienna gotowana 230 g (GLU JĘCZ)</p>		<p>Paprykarz/ 40% losoś 50 g (RYBY) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Pomidor 80 g Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (MLEKO)</p>	<p>Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 582,1 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 369,9 Sól [g] 8,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Glukoza [g] 6,5 Fruktoza [g] 7,9 Laktoza [g] 16,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 suma cukrów prostych [g] 84 Witamina A [mg] 1 917,7 Witamina C [mg] 186,7 WW [Por] 37,2</p>

2025-12-13 sobota	Dzieci obrzyce	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 g (MLEKO) Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 40 g (SOJA) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 15g 82% tłuszczu 1 szt Herbata b/cukru 250 ml Liść sałaty 5 g Ogórek w plasterki 80 g Twaróg - plastry 60 g (MLEKO)</p>	<p>kisiel z mieszanki owocowej z cukrem 200 g</p>	<p>Zupa fasolowa z fasoli białej 400 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZY, GLUT PSZ) Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (MLEKO, SELER) Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy 250 g Kasza jęczmienna gotowana 230 g (GLU JĘCZ)</p>	<p>Banan 160 g</p>	<p>Paprykarz/ 40% losoś 50 g (RYBY) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 ml Pomidor 80 g Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 40 g (MLEKO)</p>	<p>Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 954,1 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 418,4 Sól [g] 9,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Glukoza [g] 9,6 Fruktoza [g] 10,1 Laktoza [g] 17,2 Błonnik pokarmowy [g] 38,1 suma cukrów prostych [g] 101,4 Witamina A [mg] 1 485,1 Witamina C [mg] 79 WW [Por] 42,1</p>
	Cukrzyca obrz.	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 g (MLEKO) Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 40 g (SOJA) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 ml Liść sałaty 5 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Papryka świeża 80 g Twaróg - plastry 60 g (MLEKO)</p>	<p>Kisiel bez cukru 200 ml</p>	<p>Zupa fasolowa z fasoli białej 400 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER, GORCZY, GLUT PSZ) Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (MLEKO, SELER) Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy 250 g Ryż brązowy gotowany 230 g</p>	<p>Banan 160 g</p>	<p>Wędlina Delikatesowa drobiowa 50% indyka/40% kurczak 60 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Pomidor 80 g Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (MLEKO)</p>	<p>Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 983,7 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 464,1 Sól [g] 7,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Glukoza [g] 9,2 Fruktoza [g] 9,9 Laktoza [g] 15,3 Błonnik pokarmowy [g] 43,8 suma cukrów prostych [g] 96,9 Witamina A [mg] 1 903,7 Witamina C [mg] 180 WW [Por] 46,5</p>

2025-12-13 sobota	Lekkostrawna obrz.	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 g (MLEKO) Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 40 g (SOJA) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUTPSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 ml Liść sałaty 5 g Pasta warzywna z gotowanych warzyw 40 g (SELER) Twaróg - plastry 60 g (MLEKO)</p>	<p>kisiel z mieszanki owocowej z cukrem 200 g</p>	<p>Zupa ziemniaczana z koperkiem 400 g (MLEKO, SELER, GLUTPSZ) Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (MLEKO, SELER) Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy 250 g Kasza jęczmienna gotowana 230 g (GLU JĘCZ)</p>		<p>Wędlina Delikatesowa drobiowa 50% indyka/40% kurczak 80 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUTPSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 ml Pomidor 80 g</p>	<p>Sok marchewkowo-owocowy 200 ml 1 szt pieczywo chrupkie 15 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 584,9 Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 362,5 Sól [g] 9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Glukoza [g] 5,2 Fruktoza [g] 6,3 Laktoza [g] 14 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 suma cukrów prostych [g] 76,2 Witamina A [mg] 1 599,4 Witamina C [mg] 82,1 WW [Por] 36,3</p>
2025-12-14 niedziela	Podstawowa Obrzyce	<p>Kasza manna na mleku 350ml 300 ml (MLEKO, GLUTPSZ) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUTPSZ, GLUTŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 ml Wędlina Połudwica Wiśniowa wieprzowa/ 73% mięsa wieprzowego 40 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Pomidor 80 g Pasta z jajka ze szczypiorkiem i jogurtem 40 g (JAJA, MLEKO) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUTPSZ, GLUTŻYT) Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Liść sałaty 5 g</p>	<p>Gruszka 250 g</p>	<p>Zupa krupnik z ziemniakami 400 g (SELER, GLU JĘCZ) Kotlet schabowy panierowany G 150 g Ziemniaki gotowane 230 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150 g Kompot z jablek i kisielu z cukrem 250 ml Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUTPSZ)</p>		<p>Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUTPSZ, GLUTŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Papryka w słupki 80 g Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Wędlina łopatka zbójnicka 60 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUTPSZ, GLUTŻYT)</p>	<p>Biszkopty Mamutki 1szt/20g 20 g (GLUTEN, JAJA)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 708,7 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 92,7 Węglowodany ogółem [g] 370,2 Sól [g] 11,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,2 Glukoza [g] 10,2 Fruktoza [g] 20,6 Laktoza [g] 18,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 suma cukrów prostych [g] 80,2 Witamina A [mg] 3 341,6 Witamina C [mg] 197,9 WW [Por] 37,1</p>

2025-12-14 niedziela	Dzieci obrzyce	<p>Kasza manna na mleku 350ml 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 15g 82% tłuszczu 1 szt Herbata b/cukru 250 ml Wędlina Połudwica Wiśniowa wieprzowa/ 73% mięsa wieprzowego 40 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Pomidor 80 g Pasta z jajka ze szczypiorkiem i jogurtem 40 g (JAJA, MLEKO) Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Liść sałaty 5 g</p>	Gruszka 250 g	<p>Zupa krupnik z ziemniakami 400 g (SELER, GLU JĘCZ) Kotlet schabowy panierowany G 120 g Ziemniaki gotowane 230 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)</p>	Owsianka w tubce 100g 100 g (GLUTEN)	<p>Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Papryka w słupki 80 g Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Wędlina łopatką zbójnicka 60 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść sałaty 5 g</p>	<p>Biszkopty Mamutki 1szt/20g 20 g (GLUTEN, JAJA)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 804,8 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 391 Sól [g] 11,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,1 Glukoza [g] 10,2 Fruktoza [g] 20,6 Laktoza [g] 18,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 suma cukrów prostych [g] 80 Witamina A [mg] 3 327,6 Witamina C [mg] 198,5 WW [Por] 39,2</p>
	Cukrzyca obrz.	<p>Kasza manna na mleku 350ml 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 ml Wędlina Połudwica Wiśniowa wieprzowa/ 73% mięsa wieprzowego 60 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Pomidor 80 g Pasta z jajka ze szczypiorkiem i jogurtem 40 g (JAJA, MLEKO) Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Liść sałaty 5 g</p>	Gruszka 250 g	<p>Zupa krupnik z ziemniakami 400 g (SELER, GLU JĘCZ) Schab wieprzowy gotowany/parowany 100 g Ziemniaki gotowane 230 g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150 g Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)</p>	Mus owocowy Musiak 100g 1 szt	<p>Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Papryka w słupki 80 g Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO) Wędlina łopatką zbójnicka 60 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>	<p>Biszkopty Mamutki 1szt/20g 20 g (GLUTEN, JAJA)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 673,1 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 395 Sól [g] 9,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 48,6 Glukoza [g] 11 Fruktoza [g] 20,8 Laktoza [g] 18,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,6 suma cukrów prostych [g] 107,1 Witamina A [mg] 3 343,6 Witamina C [mg] 199 WW [Por] 39,5</p>

<p>2025-12-14 niedziela</p> <p>Lekkostrawna obrz.</p>	<p>Kasza manna na mleku 350ml 300 ml (MLEKO, GLUTPSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 ml Wędlina Połudwica Wiśniowa wieprzowa/ 73% mięsa wieprzowego 40 g (JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA) Pomidor 80 g Pasta z jajka ze szczypiorkiem i jogurtem 40 g (JAJA, MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUTPSZ) Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Liść sałaty 5 g</p>	<p>Gruszka 250 g</p>	<p>Zupa krupnik z ziemniakami 400 g (SELER, GLU JĘCZ) Schab wieprzowy gotowany/parowany 100 g Ziemniaki gotowane 230 g Mieszanka królewska gotowana (brokuł, kalafior, marchewka) z olejem rzepakowym 150 g (SELER) Kompot z jabłek i kisielu z cukrem 250 ml Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUTPSZ)</p>		<p>Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 80 g Twaróg - plastry 30 g (MLEKO) Wędlina łopatką z bójnicką 60 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUTPSZ)</p>	<p>Biszkopty Mamutki 1szt/20g 20 g (GLUTEN, JAJA)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 498,6 Białko ogółem [g] 121,6 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 352,2 Sól [g] 7,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Glukoza [g] 8,3 Fruktaza [g] 18,4 Laktoza [g] 16,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 suma cukrów prostych [g] 64,7 Witamina A [mg] 1 230,3 Witamina C [mg] 140,3 WW [Por] 35,3</p>
---	--	----------------------	--	--	--	--	---

IMPEL Zielona Góra

Zyty 26, 65-001, Zielona Góra

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,
ORZECHY - 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 JEĆCZ - GLUTEN JEĆCZMIENŃ ,
GLUT OWIES - GLUTEN Z OWSA ,
GLUT ŻYT - GLUTEN ŻYTO ,