

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-02-19 czwartek	Podstawowa Obrzyce	Kasza jaglana na mleku 300 g (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Herbata b/cukru 200 ml Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 50 g (SOJA) Papryka w słupki 45 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Liść salaty 5 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Kurczak w sosie śmietanowo-brokulo wym 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Napój owocowy 250 g Kasza jęczmienna gotowana 200 g (GLU JĘCZ) Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 150 g (SELER)		Kielbasa parówkowa lux wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) herbata bez cukru 250 ml Ketchup 10 g Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Pomidor 50 g		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 809,9 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 113,5 Węglowodany ogółem [g] 361,4 Sól [g] 8,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,7 Glukoza [g] 22,1 Fruktoza [g] 24,4 Laktoza [g] 11,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 suma cukrów prostych [g] 112,5 Witamina A [mg] 163,1 Witamina C [mg] 184,2 WW [Por] 36,3
	Dzieci obrzyce	Kasza jaglana na mleku 300 g (MLEKO) Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUT PSZ) Herbata b/cukru 200 ml Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 50 g (SOJA) Papryka w słupki 45 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 15 g (MLEKO) Liść salaty 5 g	Drożdżówka z budyniem 1 szt. 80 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Kurczak w sosie śmietanowo-brokulo wym 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Napój owocowy 250 g Kasza jęczmienna gotowana 200 g (GLU JĘCZ) Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 150 g (SELER)	Koktajl truskawkowo-bananowy 100 g (MLEKO)	Pomidor 50 g Herbata b/cukru 200 ml Kielbasa parówkowa lux wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 10 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 3 394,1 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 133,3 Węglowodany ogółem [g] 451,7 Sól [g] 8,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,7 Glukoza [g] 23,3 Fruktoza [g] 25,5 Laktoza [g] 14 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 suma cukrów prostych [g] 142,5 Witamina A [mg] 127,6 Witamina C [mg] 207,9 WW [Por] 45,4
	Cukrzyca obiz.	Kasza jaglana na mleku 300 g (MLEKO) Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 50 g (SOJA) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Papryka w słupki 40 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Herbata b/cukru 200 ml Liść salaty 5 g	Jabłko gotowane 1szt 120 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Kurczak w sosie śmietanowo-brokulo wym 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Napój owocowy 250 g Kasza jęczmienna gotowana 200 g (GLU JĘCZ) Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 150 g (SELER)	Koktajl jogurtowo truskawkowo-bananowy 100 g (MLEKO)	Pomidor 50 g Herbata b/cukru 200 ml Kielbasa parówkowa lux wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 10 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)		Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 990,9 Białko ogółem [g] 83,9 Tłuszcz [g] 114,9 Węglowodany ogółem [g] 411,6 Sól [g] 7,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 47,2 Glukoza [g] 25,8 Fruktoza [g] 31,5 Laktoza [g] 13,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 suma cukrów prostych [g] 136,5 Witamina A [mg] 149,3 Witamina C [mg] 206,8 WW [Por] 41,2

2026-02-19 czwartek	Lekkostrawna obrz.	Kasza jaglana na mleku 300 g (MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Herbata b/cukru 200 ml Pieczeń myśliwska wieprzowa/ mięso wieprzowe 69% 50 g (SOJA) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Pomidor 50 g Liść salaty 5 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Napój owocowy 250 g Marchew gotowana 150 g Kurczak w sosie śmietanowo-brokulo wym 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Kasza jęczmienna gotowana 200 g (GLU JĘCZ)		Pomidor 50 g Herbata b/cukru 200 ml Kielbasa parówkowa lux wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 10 g Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 736,3 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 104,2 Węglowodany ogółem [g] 367,3 Sól [g] 7,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 53,2 Glukoza [g] 22,1 Fruktoza [g] 22,2 Laktoza [g] 11,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 suma cukrów prostych [g] 111,9 Witamina A [mg] 3 205,3 Witamina C [mg] 121,9 WW [Por] 36,8
2026-02-20 piątek	Podstawowa Obrzyce	Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Papryka świeża 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Dżem truskawkowy (stoik) 40 g		Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLUTEN, MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Filetr z morszczuka panierowany, smażony 80 g (JAJA, MLEKO, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 200 g Napój owocowy 250 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)		Salatka z makreli G 50 g (GLUTEN, JAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 ml Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ogórek kiszony 50 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 452,9 Białko ogółem [g] 78,7 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 353,8 Sól [g] 9,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2 Glukoza [g] 8,5 Fruktoza [g] 9,1 Laktoza [g] 17,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 91,8 Witamina A [mg] 1 606 Witamina C [mg] 141,3 WW [Por] 35,5
2026-02-20 piątek	Dzieci obrzyce	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Papryka świeża 50 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Banan 160 g	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLUTEN, MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Filetr z morszczuka panierowany, smażony 80 g (JAJA, MLEKO, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 200 g Napój owocowy 300 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)	Paluszki solone 70 g	Salatka z makreli G 50 g (GLUTEN, JAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 ml Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ogórek kiszony 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 935,9 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 429,3 Sól [g] 11,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,9 Glukoza [g] 8,3 Fruktoza [g] 8,2 Laktoza [g] 17,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 suma cukrów prostych [g] 99,1 Witamina A [mg] 1 631,7 Witamina C [mg] 146 WW [Por] 43,2

2026-02-20 piątek	Cukrzyca obrz.	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Papryka świeża 50 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO)</p>	Banan 160 g	<p>Zupa pomidorowa z makaronem brazowym 400 g (GLUTEN, MLEKO, SELER, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ziemniaki gotowane 200 g Napój owocowy 250 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Filetr z morszczuka panierowany, smażony 80 g (JAJA, MLEKO, GLUT PSZ) Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)</p>	Mus owocowy Musiak 100g 1 szt	<p>Salatka z makreli G 50 g (GLUTEN, JAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 ml Ogórek kiszony 50 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 598,8 Białko ogółem [g] 75,3 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 423,5 Sól [g] 7,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,2 Glukoza [g] 9,1 Fruktaza [g] 8,4 Laktoza [g] 18,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 suma cukrów prostych [g] 124,1 Witamina A [mg] 1 614,5 Witamina C [mg] 147 WW [Por] 42,5</p>
	Lekkostrawna obrz.	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Kakao na mleku 200 ml (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 80 g</p>		<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (GLUTEN, MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 80 g (GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 200 g Napój owocowy 250 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)</p>		<p>Pasta twarogowa 70 g (MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 250 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Pomidor 50 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 619,6 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 85,9 Węglowodany ogółem [g] 371,1 Sól [g] 6,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,3 Glukoza [g] 4,4 Fruktaza [g] 5,3 Laktoza [g] 19,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 suma cukrów prostych [g] 77,5 Witamina A [mg] 1 513,1 Witamina C [mg] 84,6 WW [Por] 37,1</p>
	Podstawowa Obrzyce	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Kielbasa zwyczajna wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 10 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Cwikła z chrzanem Rolnik 50 g</p>		<p>Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Napój owocowy 250 g Kasza gryczana gotowana 230 g Gulasz z wątróbki drobiowej 150 g (SELER, GLUT PSZ) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150 g</p>		<p>Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ogórek kiszony 50 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 50 g (GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 383,2 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 335,1 Sól [g] 10,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Glukoza [g] 3,4 Fruktaza [g] 3,8 Laktoza [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 65,1 Witamina A [mg] 10 182,4 Witamina C [mg] 53,7 WW [Por] 33,5</p>

2026-02-21 sobota	Dzieci obiady	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Kielbasa zwyczajna wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Cwikła z chrzanem Rolnik 50 g Ketchup 10 g</p>	Gruszka 250 g	<p>Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Kasza jęczmienna gotowana 200 g (GLU JĘCZ) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy 250 g Gulasz z wątróbki drobiowej 150 g (SELER, GLUT PSZ)</p>	Mus owocowy Musiak 100g 1 szt	<p>Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Pomidor 80 g Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 50 g (GLUTEN, SKÓR, SOJA, GORCZY) Liść sałaty 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 653 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 394,4 Sól [g] 9,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Glukoza [g] 8,8 Fruktaza [g] 17,1 Laktoza [g] 11,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 suma cukrów prostych [g] 111,9 Witamina A [mg] 10 295 Witamina C [mg] 82,5 WW [Por] 39,6</p>
	Cukrzyca obrz.	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Kielbasa zwyczajna wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 10 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Cwikła z chrzanem Rolnik 50 g</p>	Gruszka 250 g	<p>Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy 250 g Kasza gryczana gotowana 230 g Gulasz z wątróbki drobiowej 150 g (SELER, GLUT PSZ)</p>	Mus owocowy Musiak 100g 1 szt	<p>Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 80 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 50 g (GLUTEN, SKÓR, SOJA, GORCZY) Liść sałaty 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 597,8 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 414,3 Sól [g] 9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Glukoza [g] 8,8 Fruktaza [g] 17,1 Laktoza [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 37,6 suma cukrów prostych [g] 113,9 Witamina A [mg] 10 277 Witamina C [mg] 82,5 WW [Por] 41,4</p>
	Lekkostrawna obrz.	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Kielbasa zwyczajna wieprzowo drobiowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Ketchup 10 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Liść sałaty 20 g</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) kalafior gotowany z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy 250 g Kasza jęczmienna gotowana 200 g (GLU JĘCZ) Gulasz z wątróbki drobiowej 150 g (SELER, GLUT PSZ)</p>		<p>Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Pomidor 80 g Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 50 g (GLUTEN, SKÓR, SOJA, GORCZY) Liść sałaty 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 251,6 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 310,5 Sól [g] 8,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Glukoza [g] 4,1 Fruktaza [g] 4,1 Laktoza [g] 12,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,9 suma cukrów prostych [g] 56,1 Witamina A [mg] 8 384 Witamina C [mg] 152 WW [Por] 31,2</p>

2026-02-22, niedziela	Podstawowa Obrzycze						<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 207,3 Białko ogółem [g] 72,9 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 299,4 Sól [g] 10,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 Glukoza [g] 2,5 Frukttoza [g] 3,9 Laktoza [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 49,4 Witamina A [mg] 1 499,5 Witamina C [mg] 60,1 WW [Por] 30</p>
	Dzieci obrzycze	Kisiel z jabłkiem bez cukru 200 ml	Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER, GLUT PSZ) Bioderko pieczone z uda kurczaka 80 g (GORCZY) Ziemniaki gotowane 230 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)	Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g	Wędlina Szynkowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 50 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor w ćwiartki 50 g	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 527,2 Białko ogółem [g] 78 Tłuszcz [g] 90,3 Węglowodany ogółem [g] 349,9 Sól [g] 11,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 Glukoza [g] 4,2 Frukttoza [g] 6 Laktoza [g] 10,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 suma cukrów prostych [g] 67,9 Witamina A [mg] 1 530,2 Witamina C [mg] 85 WW [Por] 35</p>	
	Cukrzyca obrz.	Kisiel z jabłkiem bez cukru 200 ml	Rosół z makaronem razowym 400 ml (GLUTEN, SELER, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Bioderko gotowane z uda kurczaka 80 g Ziemniaki gotowane 230 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)	Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g	Wędlina Szynkowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 50 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 50 g	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 298,3 Białko ogółem [g] 64,1 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 345,1 Sól [g] 9,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Glukoza [g] 3,8 Frukttoza [g] 5,7 Laktoza [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 68,1 Witamina A [mg] 1 236,6 Witamina C [mg] 81,4 WW [Por] 34,4</p>	

2026-02-22 niedziela	Lekkostrawna obrz.	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLEKO, GLU JĘCZ) Pasztet z żurawiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 50 g</p>		<p>Rosół z makaronem nitki 400 ml (GLUTEN, SELER, GLUT PSZ) Bioderko gotowane z uda kurczaka 80 g Ziemniaki gotowane 230 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)</p>		<p>Wędlina Szynekowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 50 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 50 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 268,1 Białko ogółem [g] 80,3 Tłuszcz [g] 80,9 Węglowodany ogółem [g] 315,2 Sól [g] 8,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 Glukoza [g] 3,1 Frukttoza [g] 4,7 Laktoza [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 suma cukrów prostych [g] 49,3 Witamina A [mg] 1 545,8 Witamina C [mg] 69,8 WW [Por] 31,5</p>
2026-02-23 poniedziałek	Podstawowa Obrzyce	<p>Kasza kuskus na mleku 300 g (MLEKO, GLUT PSZ) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Wędlina szynka gotowana Bieleśz 50 g Cukinia gotowana z ziołami 40 g Liść salaty 5 g</p>		<p>zupa szpinakowa 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Łazanki kapusty kwaszonej z kielbasą drbiową wieprzową 300 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, GLUT PSZ) Jabłko 1szt 120 g Napój owocowy bez cukru 250 g</p>		<p>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) Ser topiony Gouda 50 g (MLEKO) Ogórek kiszony 50 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 082,2 Białko ogółem [g] 67,5 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 288,8 Sól [g] 10,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Glukoza [g] 3,8 Frukttoza [g] 8,1 Laktoza [g] 11,8 Błonnik pokarmowy [g] 24 suma cukrów prostych [g] 53,6 Witamina A [mg] 1 011,9 Witamina C [mg] 73,3 WW [Por] 28,8</p>
2026-02-23 poniedziałek	Dzieci obrzyce	<p>Kasza kuskus na mleku 300 g (MLEKO, GLUT PSZ) Wędlina szynka gotowana Bieleśz 50 g Cukinia gotowana z ziołami 40 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Liść salaty 5 g</p>	<p>Kasza manna na gęsto z musem truskawkowym 100 g (MLEKO, GLUT PSZ)</p>	<p>zupa szpinakowa 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Łazanki kapusty kwaszonej z kielbasą drbiową wieprzową 300 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, GLUT PSZ) Napój owocowy bez cukru 250 g Jabłko 1szt 120 g</p>	<p>Koktajl bananowy na jogurcie naturalnym 100 g (MLEKO)</p>	<p>Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ogórek kiszony 50 g Ser topiony Gouda 50 g (MLEKO)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 483,1 Białko ogółem [g] 80,3 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 342,3 Sól [g] 11,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42 Glukoza [g] 5,9 Frukttoza [g] 10 Laktoza [g] 18,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 70,7 Witamina A [mg] 1 067,6 Witamina C [mg] 97,3 WW [Por] 34,3</p>

2026-02-23 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% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Cukinia gotowana z ziołami 40 g Wędlina szynka gotowana Bielez 50 g Liść salaty 5 g	Kasza manna na gęsto z musem truskawkowym 100 g (MLEKO, GLUT PSZ)	zupa szpinakowa 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Gulasz z szynki wieprzowej 150 g (MLEKO, SELER) Ziemniaki gotowane 200 g Dyńia gotowana z olejem i ziołami 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g	Jogurt naturalny 100 g (MLEKO)	Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ser topiony Gouda 50 g (MLEKO) Ogórek kiszony 50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 258,8 Białko ogółem [g] 72,1 Tłuszcz [g] 80,8 Węglowodany ogółem [g] 323,4 Sól [g] 10,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,8 Glukoza [g] 2,3 Fruktoza [g] 2,3 Laktoza [g] 20,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 suma cukrów prostych [g] 57,7 Witamina A [mg] 194,5 Witamina C [mg] 87,6 WW [Por] 32,2
	Lekkostrawna obrz.	Kasza kuskus na mleku 300 g (MLEKO, GLUT PSZ) Dżem truskawkowy (słoik) 25 g Wędlina szynka gotowana Bielez 40 g Cukinia gotowana z ziołami 50 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Liść salaty 5 g	zupa szpinakowa 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Gulasz z szynki wieprzowej 150 g (MLEKO, SELER) Ziemniaki gotowane 200 g Dyńia gotowana z olejem i ziołami 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g	Ser topiony Gouda 50 g (MLEKO) Pomidor 50 g Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 158,2 Białko ogółem [g] 76,2 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 299,7 Sól [g] 8,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,6 Glukoza [g] 5,1 Fruktoza [g] 5,3 Laktoza [g] 12,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,3 suma cukrów prostych [g] 52,1 Witamina A [mg] 203,8 Witamina C [mg] 79,4 WW [Por] 29,9		
	Podstawowa Obrzyce	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Wędlina Szynkowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 50 g Marchewka mini gotowana 45 g 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) Liść salaty 5 g Kakao na mleku bez cukru 200 ml (MLEKO)	Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa wiejska z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 200 g Sos pomidorowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Gołąbki zawijane z mięsem wieprzowym i ryżem 150g 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 150 g (SELER)	Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Leczo z cukinii warzyw z kielbasą drobiowio wieprzowa 300 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)	Wartość energetyczna[kcal] 2 444,3 Białko ogółem [g] 81,1 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 361,2 Sól [g] 9,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,6 Glukoza [g] 8,4 Fruktoza [g] 10,7 Laktoza [g] 17,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 80,7 Witamina A [mg] 999 Witamina C [mg] 149,1 WW [Por] 36,1		

2026-02-24 wtorek	Dzieci obrzyce	Herbata b/cukru 200 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Marchewka mini gotowana 45 g Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Wędlina Szykowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 50 g Liść salaty 5 g Kakao na mleku bez cukru 200 ml (MLEKO)	Gruszka 250 g	Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa wiejska z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 200 g Sos pomidorowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Gołąbki zawijane z mięsem wieprzowym i ryżem 150g 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 150 g (SELER)	Maślanka 100 ml (MLEKO)	Leczo z cukinii warzyw z kielbasą drobiowo wieprzowa 300 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Herbata b/cukru 250 ml Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 809,3 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 417,5 Sól [g] 10,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42 Glukoza [g] 12 Fruktoza [g] 22,5 Laktoza [g] 21,8 Błonnik pokarmowy [g] 41,5 suma cukrów prostych [g] 105,2 Witamina A [mg] 2 028,8 Witamina C [mg] 159,2 WW [Por] 41,8
	Cukrzyca obrz.	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Wędlina Szykowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 50 g Marchewka mini gotowana 45 g Herbata b/cukru 200 ml Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść salaty 5 g Kakao na mleku bez cukru 200 ml (MLEKO)	Gruszka 250 g	Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa wiejska z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 200 g Sos pomidorowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 80 g (GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ) Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 150 g (SELER)	Maślanka 100 ml (MLEKO)	Herbata b/cukru 200 ml Leczo z cukinii warzyw z kielbasą drobiowo wieprzowa 300 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 599,5 Białko ogółem [g] 80,9 Tłuszcz [g] 86,9 Węglowodany ogółem [g] 387,9 Sól [g] 8,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,8 Glukoza [g] 10,3 Fruktoza [g] 21 Laktoza [g] 21,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,1 suma cukrów prostych [g] 100,6 Witamina A [mg] 2 041,1 Witamina C [mg] 118,9 WW [Por] 38,7
	Lekkostrawna obrz.	Herbata b/cukru 200 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT OWIES) Wędlina Szykowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 40 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Liść salaty 5 g Kakao na mleku bez cukru 200 ml (MLEKO)		Napój owocowy bez cukru 250 g Zupa wiejska z ziemniakami 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 200 g Sos pomidorowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Pulpet z mięsa wieprzowego parowany 80 g (GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ) Brokuły gotowane 150 g		Herbata b/cukru 200 ml Leczo z cukinii warzyw z kielbasą drobiowo wieprzowa 300 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 307 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 331 Sól [g] 8,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43 Glukoza [g] 6,6 Fruktoza [g] 7,1 Laktoza [g] 17,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 suma cukrów prostych [g] 67,9 Witamina A [mg] 1 748,5 Witamina C [mg] 200,4 WW [Por] 33,1

2026-02-25 środa	Podstawowa Obrzyże	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Parówka lux drobiowo wieprzowa 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 Liść salaty 5 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor w ćwiartki 50 g Ketchup 15 g</p>		<p>Zupa pejzanka z ziemniakami i białą fasolą 400 g (SELER, GLUT PSZ) Ryż biały gotowany 200 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (MLEKO, SELER) Surówka Coleslaw 150 g (JAJA, GORCZY)</p>		<p>Wędlina Szynekowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 50 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Ogórek kiszony 50 g Liść salaty 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 483,7 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 101 Węglowodany ogółem [g] 307,1 Sól [g] 10,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Glukoza [g] 6,4 Fruktოza [g] 7,3 Laktoza [g] 11,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 suma cukrów prostych [g] 52,6 Witamina A [mg] 1 779,4 Witamina C [mg] 111,7 WW [Por] 30,7</p>
	Dzieci obrzyże	<p>Parówka lux drobiowo wieprzowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 50 g Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Ketchup 15 g Liść salaty 5 g</p>	Jabłko 1szt 120 g	<p>Zupa pejzanka z ziemniakami i białą fasolą 400 g (SELER, GLUT PSZ) Ryż biały gotowany 200 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Surówka Coleslaw 150 g (JAJA, GORCZY) Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (MLEKO, SELER)</p>	<p>Ciasteczka zbożowe 1szt /25g 1 szt (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT OWIES, GLUT ŻYT)</p>	<p>Wędlina Szynekowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 50 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Ogórek kiszony 50 g Liść salaty 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 977,1 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 120,8 Węglowodany ogółem [g] 395 Sól [g] 12,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,7 Glukoza [g] 8,9 Fruktοza [g] 14 Laktoza [g] 11,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 suma cukrów prostych [g] 77,2 Witamina A [mg] 1 802,4 Witamina C [mg] 123,1 WW [Por] 39,6</p>
	Cukrzyca obrz.	<p>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% tłuszczu 20 g herbata bez cukru 200 ml Pomidor 50 g Ketchup 15 g Liść salaty 5 g</p>	Jabłko 1szt 120 g	<p>Zupa pejzanka z ziemniakami i białą fasolą 400 g (SELER, GLUT PSZ) Ryż brązowy gotowany 200 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (MLEKO, SELER) Surówka Coleslaw 150 g (JAJA, GORCZY)</p>	<p>Kefir rozlewany 100 g (MLEKO)</p>	<p>Wędlina Szynekowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 50 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Ogórek kiszony 50 g Liść salaty 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 799,7 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 104,7 Węglowodany ogółem [g] 381,8 Sól [g] 9,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7 Glukoza [g] 8,9 Fruktοza [g] 14 Laktoza [g] 15,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 suma cukrów prostych [g] 64,5 Witamina A [mg] 1 800,4 Witamina C [mg] 123,1 WW [Por] 38,1</p>

2026-02-25 środa	Lekkostrawna obrz.	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Parówka lux drobiowa wieprzowa 100 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor w ćwiartki 50 g Ketchup 15 g Liść salaty 5 g</p>		<p>Zupa koperkowa 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ryż biały gotowany 200 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Potrawka drobiowa z kurczaka 150 g (MLEKO, SELER) Dymia gotowana z olejem i ziołami 100 g</p>		<p>Wędlina Szynekowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 50 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 40 g Liść salaty 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 434,9 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 328,3 Sól [g] 10,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,2 Glukoza [g] 2,8 Fruktოza [g] 4,3 Laktoza [g] 13,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 suma cukrów prostych [g] 44,1 Witamina A [mg] 116,6 Witamina C [mg] 54,2 WW [Por] 32,8</p>
2026-02-26 czwartek	Podstawowa Obrzyce	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLEKO, GLU JECZ) Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 30 g (GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY) Pomidor 50 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść salaty 5 g Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO)</p>		<p>Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Noga trybowana pieczona 80 g (GORCZY) Surówka z białej kapusty z kukurydzą i olejem 150 g Kasza gryczana gotowana 200 g Napój owocowy bez cukru 250 g Sos śmietanowo-cebulowy 150 g (MLEKO)</p>		<p>Herbata b/cukru 200 ml Kielbasa biała parzona 100 g (SOJA, GORCZY) Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ketchup 10 g Cwikła z chrzanem Rolnik 50 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 362,6 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 325,4 Sól [g] 11,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 Glukoza [g] 4,1 Fruktοza [g] 3,7 Laktoza [g] 12,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 59,5 Witamina A [mg] 853,2 Witamina C [mg] 98,5 WW [Por] 32,5</p>
	Dzieci obrzyce	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLEKO, GLU JECZ) Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 30 g (GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY) Pomidor 50 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Liść salaty 5 g</p>	<p>Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g</p>	<p>Napój owocowy bez cukru 250 g Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Noga trybowana pieczona 80 g (GORCZY) Surówka z białej kapusty z kukurydzą i olejem 150 g Kasza gryczana gotowana 200 g Sos śmietanowo-cebulowy 150 g (MLEKO)</p>	<p>Koktajl truskawkowy z jogurtem bez cukru 100 g (MLEKO)</p>	<p>Herbata b/cukru 200 ml Kielbasa biała parzona 100 g (SOJA, GORCZY) Ketchup 10 g Cwikła z chrzanem Rolnik 50 g 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</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 517,5 Białko ogółem [g] 105,4 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 352,2 Sól [g] 11,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Glukoza [g] 6,4 Fruktοza [g] 5,8 Laktoza [g] 14,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,8 suma cukrów prostych [g] 71,2 Witamina A [mg] 828,7 Witamina C [mg] 146 WW [Por] 35,1</p>

2026-02-26 czwartek	Cukrzyca obiz.	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLEKO, GLU JĘCZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 40 g Kielbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 30 g (GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY) Chleb razowy psz-żyt 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść sałaty 5 g</p>	<p>Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g</p>	<p>Napój owocowy bez cukru 250 g Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Sos śmietanowo-cebulowy 150 g (MLEKO) Surówka z białej kapusty z kukurydzą i olejem 150 g Kasza gryczana gotowana 200 g Noga trybowana gotowana/parowana 80 g</p>	<p>Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (MLEKO)</p>	<p>Herbata b/cukru 200 ml Kielbasa biała parzona 100 g (SOJA, GORCZY) Chleb razowy psz-żyt 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Ketchup 10 g Cwikła z chrzanem Rolnik 50 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 409,1 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 71,5 Węglowodany ogółem [g] 359,8 Sól [g] 9,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 Glukoza [g] 5,2 Fruktioza [g] 4,7 Laktoza [g] 15,5 Błonnik pokarmowy [g] 35 suma cukrów prostych [g] 72 Witamina A [mg] 805 Witamina C [mg] 120,2 WW [Por] 35,8</p>
	Lekkostrawna obiz.	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLEKO, GLU JĘCZ) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 50 g Pasta twarogowa 70 g (MLEKO) Liść sałaty 5 g</p>		<p>Napój owocowy bez cukru 250 g Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Noga trybowana gotowana/parowana 80 g Mieszanka królewska gotowana (brokuł,kalańfior,marc h.) z olejem 150 g (SELER) Kasza jęczmienna gotowana 200 g (GLU JĘCZ) Sos śmietanowo-cebulowy 150 g (MLEKO)</p>		<p>Herbata b/cukru 200 ml Kielbasa biała parzona 100 g (SOJA, GORCZY) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Pomidor 50 g Ketchup 10 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 293,5 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 318,7 Sól [g] 8,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Glukoza [g] 3,2 Fruktioza [g] 3,6 Laktoza [g] 15,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 suma cukrów prostych [g] 57,8 Witamina A [mg] 1 011,9 Witamina C [mg] 95,4 WW [Por] 31,8</p>
	Podstawowa Obrzyce	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Pasta z jajka 70 g (JAJA, MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Kakao na mleku z cukrem 200 ml (MLEKO) Chleb bałtnowoski psz-żyt 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść sałaty 5 g Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Pomidor 50 g</p>		<p>Zupa ryżowa z ryżem brązowym i groszkiem 400 ml (SELER) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g Śledź w śmietanie z warzywami 180 g (JAJA, RYBY, MLEKO, GORCZY)</p>		<p>Pasta twarogowa z pietruszką 70 g (MLEKO) Ogórek kiszony 50 g Chleb bałtnowoski psz-żyt 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żyt 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść sałaty 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 508,9 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 105,7 Węglowodany ogółem [g] 300,4 Sól [g] 25,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,7 Glukoza [g] 2,4 Fruktioza [g] 2,5 Laktoza [g] 18,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 suma cukrów prostych [g] 72,8 Witamina A [mg] 1 401,3 Witamina C [mg] 79,3 WW [Por] 30,3</p>

2026-02-27 piątek	Dzieci obrzyce	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Pasta z jajka 70 g (JAJA, MLEKO) 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) Bułka pszenna (75g) 75 g (GLUT PSZ) Pomidor 50 g</p>	Banan 160 g	<p>Zupa ryżowa z ryżem brązowym i groszkiem 400 ml (SELER) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g Paluszki rybne pieczone 80 g (GLUTEN, RYBY) Sos grecki 150 g (SELER)</p>	Mus owocowy Musiak 100g 1 szt	<p>Pasta twarogowa z pietruszką 70 g (MLEKO) Ogórek kiszony 50 g Chleb bałnowoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Liść salaty 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 587,1 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 84,7 Węglowodany ogółem [g] 379,5 Sól [g] 9,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1 Glukoza [g] 10,5 Fruktaza [g] 9,8 Laktoza [g] 16,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 111 Witamina A [mg] 2 871,3 Witamina C [mg] 115,8 WW [Por] 38</p>
	Cukrzyca obiz.	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Pasta z jajka 70 g (JAJA, MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Kakao na mleku bez cukru 200 ml (MLEKO) Liść salaty 5 g Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Pomidor 80 g</p>	Banan 160 g	<p>Zupa ryżowa z ryżem brązowym i groszkiem 400 ml (SELER) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g Napój owocowy bez cukru 250 g Śledź w śmietanie z warzywami 180 g (JAJA, RYBY, MLEKO, GORCZY)</p>	Mus owocowy Musiak 100g 1 szt	<p>Pasta twarogowa z pietruszką 70 g (MLEKO) Ogórek kiszony 50 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Liść salaty 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 700,8 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 106,3 Węglowodany ogółem [g] 367,9 Sól [g] 25 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45,8 Glukoza [g] 8 Fruktaza [g] 6,9 Laktoza [g] 18,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 suma cukrów prostych [g] 113,7 Witamina A [mg] 1 445,3 Witamina C [mg] 96,8 WW [Por] 37</p>
	Lekkostrawna obiz.	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (MLEKO, GLUT PSZ) Pasta z jajka 70 g (JAJA, MLEKO) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Kakao na mleku z cukrem 200 ml (MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Liść salaty 5 g Pomidor 50 g</p>		<p>Zupa ryżowa 400 g (SELER) Napój owocowy bez cukru 250 g Bioderko gotowane z uda kurczaka 80 g Sos grecki 150 g (SELER) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 150 g</p>		<p>Pasta twarogowa z pietruszką 70 g (MLEKO) Pomidor 50 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Liść salaty 5 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 435,6 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 371,7 Sól [g] 7,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1 Glukoza [g] 17,2 Fruktaza [g] 17,9 Laktoza [g] 16,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 suma cukrów prostych [g] 114,9 Witamina A [mg] 2 142,2 Witamina C [mg] 112,7 WW [Por] 37,2</p>

2026-02-28 sobota	Podstawowa Obrzyce		Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Papryka świeża 50 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb bałtownowski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Żurek 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY) Makaron pszenny gotowany 200 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Napój owocowy bez cukru 250 g Surówka z rzodkwi białej, marchwi z jogurtem 150 g (MLEKO) Napój owocowy bez cukru 250 g Sos do spaghetti z łopatki wieprzowej (mięso 100g/sos 150ml) 150 g (SELER)		Paprykarz/ 40% łosoś 70 g (RYBY) Chleb bałtownowski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Salatka szwedzka 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 486,6 Białko ogółem [g] 71,1 Tłuszcz [g] 94,4 Węglowodany ogółem [g] 342 Sól [g] 7,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Glukoza [g] 5 Fruktoza [g] 5,5 Laktoza [g] 14,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 suma cukrów prostych [g] 79,3 Witamina A [mg] 1 994,3 Witamina C [mg] 136,8 WW [Por] 34,3
	Dzieci obrzyce		Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Papryka świeża 50 g Masło 82% tłuszczu 20 g (MLEKO) Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Bulka pszenna (75g) 75 g (GLUT PSZ)	Żurek 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY) Makaron pszenny gotowany 200 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Sos do spaghetti z łopatki wieprzowej (mięso 100g/sos 150ml) 150 g (SELER) 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)	Paprykarz/ 40% łosoś 70 g (RYBY) Chleb bałtownowski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Salatka szwedzka 50 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 827,2 Białko ogółem [g] 84,5 Tłuszcz [g] 108,2 Węglowodany ogółem [g] 384,7 Sól [g] 7,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 Glukoza [g] 6,6 Fruktoza [g] 7,1 Laktoza [g] 23,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 84,1 Witamina A [mg] 2 063,4 Witamina C [mg] 177,2 WW [Por] 38,7
	Cukrzyca obrz.	Kiwi 1 szt 75 g	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Papryka świeża 50 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g herbata bez cukru 250 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT)	Żurek 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY) Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Sos do spaghetti z łopatki wieprzowej (mięso 100g/sos 150ml) 150 g (SELER) 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)	Paprykarz/ 40% łosoś 70 g (RYBY) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Salatka szwedzka 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 766,8 Białko ogółem [g] 77,4 Tłuszcz [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 405,3 Sól [g] 6,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Glukoza [g] 10,3 Fruktoza [g] 10,6 Laktoza [g] 23,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 89,4 Witamina A [mg] 2 054,3 Witamina C [mg] 227,4 WW [Por] 40,6

2026-02-28 sobota	Lekkostrawna obrz.	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Salceson drobiowo - wieprzowy 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY) Papryka świeża 50 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ)		Zupa ziemniaczana z koperkiem 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Makaron pszenny gotowany 200 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Sos do spaghetti z łopatką wieprzowej (mięso 100g/sos 150ml) 150 g (SELER) Mieszanka królewska gotowana (brokuł, kalafior, march.) z olejem 150 g (SELER) Napój owocowy bez cukru 250 g		Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 50 g (SOJA, MLEKO) Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Pomidor 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 200,7 Białko ogółem [g] 81,6 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 319,8 Sól [g] 7,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Glukoza [g] 4,2 Fruktoza [g] 4,9 Laktoza [g] 13,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 suma cukrów prostych [g] 50,2 Witamina A [mg] 1 388,6 Witamina C [mg] 161,1 WW [Por] 32
2026-03-01 niedziela	Podstawowa Obrzyce	Kasza kukurydziana na mleku 300 g (MLEKO) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 30 g (SOJA, MLEKO) Ogórek kiszony 50 g Masło roślinne 39% tłuszczu 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) Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO)		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Karkówka wieprzowa pieczona - duszona 80 g Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 150 g Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Kompot owocowy z cukrem 250 ml		Paszтет z żurawiną 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Ogórek kiszony 50 g Chleb bałtownoski psz-żył 110 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 30 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO)	Sok jabłko-wiśnia 1 szt Wafle ryżowe 1szt-15g 1 szt Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 366,5 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 321,6 Sól [g] 10,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 59,8 Glukoza [g] 7,7 Fruktoza [g] 11,5 Laktoza [g] 16,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 suma cukrów prostych [g] 60,6 Witamina A [mg] 1 572,3 Witamina C [mg] 125,2 WW [Por] 32,3
2026-03-01 niedziela	Dzieci obrzyce	Kasza kukurydziana na mleku 300 g (MLEKO) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 30 g (SOJA, MLEKO) Ogórek kiszony 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) Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO)	Jabłko 1szt 120 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 230 g Karkówka wieprzowa pieczona - duszona 80 g Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Mus owocowy Musiak 100g 1 szt	Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO) Paszтет z żurawiną 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Ogórek kiszony 50 g Chleb bałtownoski psz-żył 170 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml	Sok jabłko-wiśnia 1 szt Wafle ryżowe 1szt-15g 1 szt Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 738,1 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 91,6 Węglowodany ogółem [g] 388,6 Sól [g] 11,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 60,9 Glukoza [g] 11 Fruktoza [g] 18,4 Laktoza [g] 16,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,1 suma cukrów prostych [g] 98,5 Witamina A [mg] 1 606 Witamina C [mg] 138,3 WW [Por] 39

2026-03-01 niedziela	Cukrzyca obrz.	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 g (MLEKO) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 30 g (SOJA, MLEKO) Liść salaty 5 g Ogórek kiszony 50 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO)</p>	Jabłko 1szt 120 g	<p>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400 ml (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Filet z piersi kurczaka gotowany/parowany 80 g Sos pietruszkowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ) Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Ziemniaki gotowane 230 g</p>	Mus owocowy Musiak 100g 1 szt	<p>Paszтет z żurawiną 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER) Ogórek kiszony 50 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb razowy psz-żył 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ, GLUT ŻYT) Ser żółty Gouda 20 g (MLEKO)</p>	<p>Sok jabłko-wiśnia 1 szt Wafle ryżowe 1szt-15g 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 442 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 68,2 Węglowodany ogółem [g] 386,1 Sól [g] 8,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 53,8 Glukoza [g] 11 Fruktaza [g] 18,4 Laktoza [g] 16,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 suma cukrów prostych [g] 100,2 Witamina A [mg] 1 594,7 Witamina C [mg] 138,3 WW [Por] 38,6</p>
	Lekkostrawna obrz.	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300 g (MLEKO) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 50 g (SOJA, MLEKO) Pomidor 50 g Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Serek Almette mini 1szt. 30 g (MLEKO)</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 400 g (MLEKO, SELER, GLUT PSZ) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z piersi kurczaka gotowany/parowany 80 g Marchew w kostkę gotowana 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Sos pieczeniowy 150 g (MLEKO, GLUT PSZ)</p>	<p>Serek Kiri kostka 17 g (MLEKO) Wędlina Delikatesowa drobiowa 50% indyka/40% kurczak/ grubo rozdrobniona 60 g Pomidor 60 g Chleb pszenny 140 g (GLUTEN, GLUT PSZ) Masło roślinne 39% tłuszczu 20 g Herbata b/cukru 200 ml</p>	<p>Sok jabłko-wiśnia 1 szt Wafle ryżowe 1szt-15g 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 360,7 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 358,4 Sól [g] 8,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 51,9 Glukoza [g] 8,5 Fruktaza [g] 13,6 Laktoza [g] 16,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 suma cukrów prostych [g] 64,2 Witamina A [mg] 3 350,7 Witamina C [mg] 76,5 WW [Por] 35,9</p>		

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 JĘCZ - GLUTEN JĘCZMIENŃ ,
GLUT OWIES - GLUTEN Z OWSA ,
GLUT ŻYT - GLUTEN ŻYTO ,