

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                     | Piątek (2026-09-18)                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA ŁATWOSTRAWNA - od 18.09.2026 do 27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: 1743.81, B [g]: 83.82, T [g]: 52.25, W [g]: 251.32, Błonnik [g]: 31.73, BW [g]: 54.61, BR [g]: 29.05, Wp [g]: 219.57, Cukier [g]: 82.26, Sód [mg]: 2033.13, Kwasy tł. nas. [g]: 28.4 | <b>Śniadanie</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br><b>Płatki owsiane na mleku</b> 300g ( <u>mleko</u> )<br><b>Twarożek ze szczypiorkiem</b> 60g ( <u>mleko</u> )<br>Pomidor 100g<br>Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa ryżanka</b> 300g ( <u>seler</u> )<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br><b>ryba gotowana</b> 120g ( <u>ryby</u> )<br><b>Bukiet warzyw gotowany</b> 150g ( <u>seler</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br>Banan 130g  | <b>Kolacja</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br><b>Salatka z brokuła, rzodkiewki i kukurydzy</b> 100g ( <u>mleko,jaja</u> )<br>Ser żółty Edamski tłusty 30g ( <u>mleko</u> )<br>Pomidor 100g | <b>Podwieczorek</b><br><br>Serek wiejski naturalny 200g ( <u>mleko</u> ) |
| <b>DIETA PODSTAWOWA - od 18.09.2026 do 27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: 1803.15, B [g]: 82.33, T [g]: 66.33, W [g]: 236.15, Błonnik [g]: 28.02, BW [g]: 56.34, BR [g]: 25.83, Wp [g]: 208.11, Cukier [g]: 59.47, Sód [mg]: 2820.53, Kwasy tł. nas. [g]: 29.51  | <b>Śniadanie</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br><b>Płatki owsiane na mleku</b> 300g ( <u>mleko</u> )<br><b>Twarożek ze szczypiorkiem</b> 60g ( <u>mleko</u> )<br>Pomidor 100g<br>Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa ryżanka</b> 300g ( <u>seler</u> )<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br><b>Ryba pieczona</b> 120g ( <u>ryby,jaja,gluten</u> )<br><b>surówka z kapusty kiszanej</b> 150g ( <u>jaja</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g | <b>Kolacja</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Ser żółty Edamski tłusty 30g ( <u>mleko</u> )<br><b>Salatka z brokuła, rzodkiewki i kukurydzy</b> 100g ( <u>mleko,jaja</u> )                 | <b>Podwieczorek</b><br><br>Serek wiejski naturalny 200g ( <u>mleko</u> ) |

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                    | Sobota (2026-09-19)                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA ŁATWOSTRAWNA - od 18.09.2026 do 27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: 1703.2, B [g]: 94.12, T [g]: 56.05, W [g]: 220.86, Błonnik [g]: 29.03, BW [g]: 62.04, BR [g]: 24.14, Wp [g]: 191.82, Cukier [g]: 63.44, Sód [mg]: 2459.1, Kwasy tł. nas. [g]: 31.18 | <b>Śniadanie</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br>Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 240g<br>Kielbasa szynkowa z kurczaka 50g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Pomidor 100g<br>Ser topiony Edamski 20g ( <u>mleko</u> ) | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem (żywienie zbiorowe)</b> 300g ( <u>seler,gluten,jaja,mleko</u> )<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br><b>Filet gotowany</b> 100g<br>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona 150g ( <u>seler</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br>Jabłka pieczone 100g | <b>Kolacja</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Ser żółty Edamski tłusty 30g ( <u>mleko</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka 30g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Papryka czerwona 100g | <b>Podwieczorek</b><br><br>Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem 240g ( <u>mleko</u> ) |
| <b>DIETA PODSTAWOWA - od 18.09.2026 do 27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: 1698.2, B [g]: 86.24, T [g]: 63.35, W [g]: 210.63, Błonnik [g]: 28.03, BW [g]: 50.87, BR [g]: 22.96, Wp [g]: 182.58, Cukier [g]: 45.64, Sód [mg]: 3208.7, Kwasy tł. nas. [g]: 31.62   | <b>Śniadanie</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br>Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 240g<br>Kielbasa szynkowa z kurczaka 50g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Ser topiony plastry 20g<br>Pomidor 100g                  | <b>Obiad</b><br><br><b>Zacierka na rosale</b> 300g ( <u>seler</u> )<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br><b>Bigos</b> 300g<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br>Jabłko 100g                                                                                                                                | <b>Kolacja</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Ser żółty Edamski tłusty 30g ( <u>mleko</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka 30g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Papryka czerwona 100g | <b>Podwieczorek</b><br><br>Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem 240g ( <u>mleko</u> ) |

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Niedziela (2026-09-20)                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                               |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| DIETA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                              | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Podwieczorek                                  |
| <b>ŁATWOSTRAWNA -</b><br><b>od 18.09.2026 do</b><br><b>27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: <b>1752.59</b> , B [g]: <b>108.96</b> , T [g]: <b>49.24</b> , W [g]: <b>233.81</b> , Błonnik [g]: <b>29.5</b> , BW [g]: <b>77.4</b> , BR [g]: <b>31.54</b> , Wp [g]: <b>204.3</b> , Cukier [g]: <b>55.04</b> , Sód [mg]: <b>2783.28</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>25.38</b> | Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Bułka kajzerka 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br>Szynka wieprzowa, gotowana 50g<br>Sałata 10g<br>Pomidor 90g<br>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 35g ( <u>mleko</u> ) | <b>Rosół z makaronem (żywienie zbiorowe)</b> 300g ( <u>seler,gluten,jaja</u> )<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br><b>Sztuka mięsa gotowana</b> 120g<br><b>Bukiet warzyw gotowany</b> 130g ( <u>seler</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br>Banan 130g | Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Polędwica sopocka 45g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br><b>Salatka wiosenna</b> 150g ( <u>mleko</u> ) | Serek wiejski naturalny 200g ( <u>mleko</u> ) |
| DIETA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                              | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Podwieczorek                                  |
| <b>PODSTAWOWA -</b><br><b>od 18.09.2026 do</b><br><b>27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: <b>1827.19</b> , B [g]: <b>122.4</b> , T [g]: <b>60.5</b> , W [g]: <b>212.33</b> , Błonnik [g]: <b>26.59</b> , BW [g]: <b>92.56</b> , BR [g]: <b>29.82</b> , Wp [g]: <b>185.76</b> , Cukier [g]: <b>31.05</b> , Sód [mg]: <b>3298.18</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>26.12</b>  | Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Bułka kajzerka 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 35g ( <u>mleko</u> )<br>Szynka wieprzowa, gotowana 50g<br>Sałata 10g<br>Pomidor 90g | <b>Rosół z makaronem (żywienie zbiorowe)</b> 300g ( <u>seler,gluten,jaja</u> )<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br><b>Schab w sosie</b> 150g ( <u>gluten</u> )<br><b>Surówka z młodej kapusty</b> 100g<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g                    | Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Polędwica sopocka 45g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br><b>Salatka wiosenna</b> 150g ( <u>mleko</u> ) | Serek wiejski naturalny 200g ( <u>mleko</u> ) |

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Poniedziałek (2026-09-21)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA</b><br><b>ŁATWOSTRAWNA -</b><br><b>od 18.09.2026 do</b><br><b>27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: 1810.35, B [g]: 87.18, T [g]: 57.89, W [g]: 253.43, Błonnik [g]: 33.17, BW [g]: 56.53, BR [g]: 30.62, Wp [g]: 220.28, Cukier [g]: 79.87, Sód [mg]: 4471.65, Kwasy tł. nas. [g]: 28  | <b>Śniadanie</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 300g ( <u>gluten,mleko</u> )<br>Kielbasa szynkowa z kurczaka 50g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Papryka czerwona 100g<br>Ser topiony Edamski 25g ( <u>mleko</u> ) | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa koperkowa z ryżem</b> 300g ( <u>seler</u> )<br><b>Penne z kurczakiem i pieczarką</b> 250g ( <u>mleko,gluten</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br>Jabłka pieczone 100g | <b>Kolacja</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Szynka kanapkowa 60g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Pomidor 100g<br>Sałata 10g | <b>Podwieczorek</b><br><br>Mus owocowy jabłkowo-truskawkowy Truskawkowo 200g |
| <b>DIETA</b><br><b>PODSTAWOWA -</b><br><b>od 18.09.2026 do</b><br><b>27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: 1713.55, B [g]: 83.97, T [g]: 55.51, W [g]: 236.14, Błonnik [g]: 30.18, BW [g]: 53.96, BR [g]: 29.97, Wp [g]: 205.95, Cukier [g]: 65.62, Sód [mg]: 4763.76, Kwasy tł. nas. [g]: 27.07 | <b>Śniadanie</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 300g ( <u>gluten,mleko</u> )<br>Kielbasa szynkowa z kurczaka 30g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Ser topiony Edamski 25g ( <u>mleko</u> )<br>Papryka czerwona 100g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa zalewajka</b> 300g ( <u>mleko</u> )<br><b>Penne z kurczakiem i pieczarką</b> 250g ( <u>mleko,gluten</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g                                 | <b>Kolacja</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Szynka kanapkowa 75g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Pomidor 100g<br>Sałata 10g | <b>Podwieczorek</b><br><br>Mus owocowy jabłkowo-truskawkowy Truskawkowo 200g |

01-Zboża zawierające gluten, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                    | Wtorek (2026-09-22)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA ŁATWOSTRAWNA - od 18.09.2026 do 27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: 1647.16, B [g]: 88.29, T [g]: 46.57, W [g]: 233.36, Błonnik [g]: 28.59, BW [g]: 62.5, BR [g]: 24.67, Wp [g]: 204.75, Cukier [g]: 67.6, Sód [mg]: 2460.64, Kwasy tł. nas. [g]: 24.68 | <b>Śniadanie</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br><b>Płatki owsiane na mleku</b> 300g ( <u>mleko</u> )<br>Szynka kanapkowa 30g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Ser żółty Edamski tłusty 30g ( <u>mleko</u> )<br>Ogórek świeży (długi) 100g | <b>Obiad</b><br><br><b>Krupnik jęczmienny czysty (żywienie zbiorowe)</b> 300g ( <u>seler,gluten</u> )<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br><b>Sztuka mięsa gotowana</b> 100g<br>Włoszczyzna krojona w paski, mrożona 100g ( <u>seler</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br>Jabłka pieczone 100g                          | <b>Kolacja</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka 40g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br><b>Lekkostrawna sałatka jarzynowa</b> 100g ( <u>seler,jaja</u> ) | <b>Podwieczorek</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g ( <u>mleko</u> ) |
| <b>DIETA PODSTAWOWA - od 18.09.2026 do 27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: 1802.51, B [g]: 93.24, T [g]: 60.25, W [g]: 239.4, Błonnik [g]: 33.84, BW [g]: 56.81, BR [g]: 35.31, Wp [g]: 205.53, Cukier [g]: 58.34, Sód [mg]: 2991.13, Kwasy tł. nas. [g]: 27.61  | <b>Śniadanie</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br><b>Płatki owsiane na mleku</b> 300g ( <u>mleko</u> )<br>Szynka kanapkowa 30g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Ser żółty Edamski tłusty 30g ( <u>mleko</u> )<br>Ogórek świeży (długi) 100g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa grochowa (żywienie zbiorowe)</b> 300g ( <u>seler,mleko</u> )<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br><b>Pulpet</b> 100g ( <u>jaja,gluten</u> )<br><b>Sos koperkowy</b> 50g ( <u>gluten,mleko,seler</u> )<br><b>Surówka z czerwonej kapusty</b> 100g<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br>Jabłko 100g | <b>Kolacja</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br><b>Lekkostrawna sałatka jarzynowa</b> 100g ( <u>seler,jaja</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka 40g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> ) | <b>Podwieczorek</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g ( <u>mleko</u> ) |

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | środa (2026-09-23)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA</b><br><b>ŁATWOSTRAWNA -</b><br><b>od 18.09.2026 do</b><br><b>27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: <b>1798.54</b> , B [g]: <b>74.73</b> , T [g]: <b>64.26</b> , W [g]: <b>247.94</b> , Błonnik [g]: <b>30.3</b> , BW [g]: <b>48.26</b> , BR [g]: <b>25.31</b> , Wp [g]: <b>217.65</b> , Cukier [g]: <b>75.02</b> , Sód [mg]: <b>2405.95</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.64</b> | <b>Śniadanie</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 300g ( <u>gluten,mleko</u> )<br>Kielbasa szynkowa z kurczaka 30g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 15g<br>Pomidor 100g<br>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 30g ( <u>mleko</u> ) | <b>Obiad</b><br><b>Zupa koperkowa (żywienie zbiorowe)</b> 300g ( <u>seler,mleko</u> )<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br><b>Pulpet</b> 100g ( <u>jaja,gluten</u> )<br><b>Fasola szparagowa</b> 100g ( <u>gluten</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br>Jabłka pieczone 100g                    | <b>Kolacja</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Parówki z kurczaka 50g ( <u>gluten,mleko,soja,seler,gorczyca</u> )<br>Pomidor 100g | <b>Podwieczorek</b><br>Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem 240g ( <u>mleko</u> ) |
| <b>DIETA</b><br><b>PODSTAWOWA -</b><br><b>od 18.09.2026 do</b><br><b>27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: <b>1794.05</b> , B [g]: <b>75.16</b> , T [g]: <b>62.2</b> , W [g]: <b>252.12</b> , Błonnik [g]: <b>32.55</b> , BW [g]: <b>47.32</b> , BR [g]: <b>26.69</b> , Wp [g]: <b>219.6</b> , Cukier [g]: <b>69.2</b> , Sód [mg]: <b>2449.57</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>27.03</b>     | <b>Śniadanie</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 300g ( <u>gluten,mleko</u> )<br>Kielbasa szynkowa z kurczaka 35g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 15g<br>Pomidor 100g<br>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 30g ( <u>mleko</u> ) | <b>Obiad</b><br><b>Zupa koperkowa (żywienie zbiorowe)</b> 300g ( <u>seler,mleko</u> )<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br><b>Kotlet mielony (żywienie zbiorowe)</b> 100g ( <u>gluten,jaja</u> )<br><b>Fasola szparagowa</b> 100g ( <u>gluten</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br>Jabłko 160g | <b>Kolacja</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Pomidor 100g<br>Parówki z kurczaka 50g ( <u>gluten,mleko,soja,seler,gorczyca</u> ) | <b>Podwieczorek</b><br>Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem 240g ( <u>mleko</u> ) |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                    | Czwartek (2026-09-24)                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA ŁATWOSTRAWNA - od 18.09.2026 do 27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: 1915.42, B [g]: 117.35, T [g]: 58.46, W [g]: 248.55, Błonnik [g]: 32.03, BW [g]: 88.53, BR [g]: 26, Wp [g]: 216.54, Cukier [g]: 69.11, Sód [mg]: 2749.21, Kwasy tł. nas. [g]: 30.82 | <b>Śniadanie</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g (gluten)<br>Masło ekstra 10g (mleko)<br>Płatki owsiane na mleku 300g (mleko)<br>Polędwica sopocka 40g (gluten,mleko,soja,seler)<br>Ser żółty Gouda tłusty 30g (mleko)<br>Pomidor 100g                                          | <b>Obiad</b><br><br>Zupa jarzynowa z kaszą manną 300g (seler,gluten,mleko)<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br>Sztuka mięsa gotowana 100g<br>Włoszczyzna paski gotowane 100g (seler)<br>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 250g<br>Banan 130g | <b>Kolacja</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g (mleko)<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g (gluten)<br>Szynka z piersi kurczaka 30g (gluten,mleko,soja,seler)<br>Sałatka makaronowa 50g (mleko,jaja) | <b>Podwieczorek</b><br><br>Serek wiejski naturalny 200g (mleko) |
| <b>DIETA PODSTAWOWA - od 18.09.2026 do 27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: 1966.9, B [g]: 100.21, T [g]: 79.42, W [g]: 227.04, Błonnik [g]: 26.69, BW [g]: 75.14, BR [g]: 23.53, Wp [g]: 200.36, Cukier [g]: 54.09, Sód [mg]: 3323.64, Kwasy tł. nas. [g]: 34.26 | <b>Śniadanie</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g (gluten)<br>Masło ekstra 10g (mleko)<br>Płatki owsiane na mleku 300g (mleko)<br>Polędwica sopocka 30g (gluten,mleko,soja,seler)<br>Ser żółty Gouda tłusty 30g (mleko)<br>Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 15g<br>Pomidor 100g | <b>Obiad</b><br><br>Zupa jarzynowa 300g (mleko,seler)<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br>Kotlet mięsno ryżowy z warzywami 120g (jaja,gluten)<br>Surówka z marchewki i jabłka 150g (mleko)<br>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe) 250g         | <b>Kolacja</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g (mleko)<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g (gluten)<br>Sałatka makaronowa 50g (mleko,jaja)<br>Szynka z piersi kurczaka 30g (gluten,mleko,soja,seler) | <b>Podwieczorek</b><br><br>Serek wiejski naturalny 200g (mleko) |

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                    | Piątek (2026-09-25)                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA ŁATWOSTRAWNA - od 18.09.2026 do 27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: 1814.01, B [g]: 85.05, T [g]: 63.11, W [g]: 238.2, Błonnik [g]: 21.84, BW [g]: 60.83, BR [g]: 24.19, Wp [g]: 216.35, Cukier [g]: 72.73, Sód [mg]: 2278.8, Kwasy tł. nas. [g]: 27.29 | <b>Śniadanie</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br><b>Kasza manna na mleku</b> 300g ( <u>gluten,mleko</u> )<br><b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> 80g ( <u>jaja,siarka,gorczyca</u> )<br>Pomidor 100g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa buraczkowa (żywienie zbiorowe)</b> 300g ( <u>seler,mleko</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br><b>Naleśniki z serem i śmietaną</b> 150g ( <u>gluten,mleko,jaja,soja</u> )<br>Jabłka pieczone 100g | <b>Kolacja</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Tuńczyk w oleju 70g ( <u>ryby</u> )<br>Ser żółty Gouda tłusty 15g ( <u>mleko</u> )                 | <b>Podwieczorek</b><br><br>Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem 240g ( <u>mleko</u> ) |
| <b>DIETA PODSTAWOWA - od 18.09.2026 do 27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: 1957.24, B [g]: 99.28, T [g]: 66.75, W [g]: 254.81, Błonnik [g]: 27.85, BW [g]: 66.47, BR [g]: 32.78, Wp [g]: 226.97, Cukier [g]: 65.75, Sód [mg]: 2317.53, Kwasy tł. nas. [g]: 26.76 | <b>Śniadanie</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br><b>Kasza manna na mleku</b> 300g ( <u>gluten,mleko</u> )<br><b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> 80g ( <u>jaja,siarka,gorczyca</u> )<br>Pomidor 100g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa barszcz ukraiński</b> 300g ( <u>seler,mleko</u> )<br><b>Naleśniki z serem i śmietaną</b> 180g ( <u>gluten,mleko,jaja,soja</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br>Jabłko 100g                       | <b>Kolacja</b><br><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Tuńczyk w oleju 70g ( <u>ryby</u> )<br>Ser żółty Gouda tłusty 15g ( <u>mleko</u> )<br>Pomidor 100g | <b>Podwieczorek</b><br><br>Kefir, 2% tłuszczu, z wapniem 240g ( <u>mleko</u> ) |

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Sobota (2026-09-26)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <b>DIETA ŁATWOSTRAWNA - od 18.09.2026 do 27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: <b>1633.25</b> , B [g]: <b>111.91</b> , T [g]: <b>44.1</b> , W [g]: <b>211.17</b> , Błonnik [g]: <b>26.83</b> , BW [g]: <b>77.44</b> , BR [g]: <b>25.12</b> , Wp [g]: <b>184.33</b> , Cukier [g]: <b>50.46</b> , Sód [mg]: <b>2395.95</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>24.25</b> | <b>Śniadanie</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br>Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 250g<br>Ogórek świeży (długi) 100g<br>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 60g ( <u>mleko</u> )<br>Dżem truskawkowy, niskosłodzony 15g<br>Szynka z piersi kurczaka 60g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> ) | <b>Obiad</b><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem (żywienie zbiorowe)</b> 300g ( <u>seler,gluten,jaja,mleko</u> )<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br><b>Filet gotowany</b> 120g<br><b>Bukiet warzyw gotowany</b> 120g ( <u>seler</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br>Jabłko 100g                                       | <b>Kolacja</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Polędwica sopocka 60g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Pomidor 100g                 | <b>Podwieczorek</b><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g ( <u>mleko</u> ) |
| <b>DIETA PODSTAWOWA - od 18.09.2026 do 27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: <b>1732.27</b> , B [g]: <b>88.71</b> , T [g]: <b>55.01</b> , W [g]: <b>234.59</b> , Błonnik [g]: <b>25.9</b> , BW [g]: <b>55.07</b> , BR [g]: <b>24.61</b> , Wp [g]: <b>208.68</b> , Cukier [g]: <b>68.28</b> , Sód [mg]: <b>3652.46</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>26.27</b>    | <b>Śniadanie</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br>Kawa zbożowa, przygotowana z mlekiem 240g<br>Ogórek świeży (długi) 100g<br>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 60g ( <u>mleko</u> )<br>Dżem truskawkowy, niskosłodzony 15g<br>Szynka z piersi kurczaka 60g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> ) | <b>Obiad</b><br>Ziemniaki, gotowane 200g<br><b>Kotlet drobiowy z pieczarką</b> 120g ( <u>gluten,jaja</u> )<br><b>surówka z kapusty czerwonej</b> 100g ( <u>jaja</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br>Banan 130g<br><b>Zupa pomidorowa z makaronem (żywienie zbiorowe)</b> 75g ( <u>seler,gluten,jaja,mleko</u> ) | <b>Kolacja</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Paszтет z mięsa mieszanego 40g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Ogórek kiszony 100g | <b>Podwieczorek</b><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g ( <u>mleko</u> ) |

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Niedziela (2026-09-27)                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|
| DIETA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                            | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Podwieczorek                                  |
| <b>ŁATWOSTRAWNA -</b><br><b>od 18.09.2026 do</b><br><b>27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: <b>1738.57</b> , B [g]: <b>91.68</b> , T [g]: <b>49.4</b> , W [g]: <b>245.95</b> , Błonnik [g]: <b>27.2</b> , BW [g]: <b>61.95</b> , BR [g]: <b>28.62</b> , Wp [g]: <b>218.73</b> , Cukier [g]: <b>68.61</b> , Sód [mg]: <b>4105.41</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>24.22</b>  | Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Bułka kajzerka 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br>Polędwica sopocka 40g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Pomidor 100g<br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180g ( <u>mleko</u> )  | <b>Rosół z makaronem (żywienie zbiorowe)</b> 300g ( <u>seler,gluten,jaja</u> )<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br><b>Udło z kurczaka gotowane</b> 180g<br><b>Surówka z buraków</b> 100g ( <u>jaja</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br>Banan 130g  | Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Szynka z piersi kurczaka 50g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Papryka czerwona 100g                                | Serek wiejski naturalny 200g ( <u>mleko</u> ) |
| DIETA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                            | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Podwieczorek                                  |
| <b>PODSTAWOWA -</b><br><b>od 18.09.2026 do</b><br><b>27.09.2026</b><br><br>E [kcal]: <b>1930.97</b> , B [g]: <b>112.02</b> , T [g]: <b>67.88</b> , W [g]: <b>231.39</b> , Błonnik [g]: <b>26.48</b> , BW [g]: <b>84.83</b> , BR [g]: <b>27.16</b> , Wp [g]: <b>204.93</b> , Cukier [g]: <b>59.09</b> , Sód [mg]: <b>4040.28</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>31.81</b> | Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Bułka kajzerka 60g ( <u>gluten</u> )<br>Chleb pszenno-żytni 60g ( <u>gluten</u> )<br>Masło ekstra 10g ( <u>mleko</u> )<br>Polędwica sopocka 40g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Serek homogenizowany waniliowy 130g ( <u>mleko</u> )<br>Pomidor 100g | <b>Rosół z makaronem (żywienie zbiorowe)</b> 300g ( <u>seler,gluten,jaja</u> )<br>Ziemniaki, gotowane 200g<br><b>Udło z kurczaka pieczone</b> 180g<br><b>Surówka z buraków</b> 100g ( <u>jaja</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych (żywienie zbiorowe)</b> 250g<br>Jabłko 100g | Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Tłuszcz mleczny do smarowania (d. masło śmietankowe) 10g ( <u>mleko</u> )<br>Chleb mieszany, z płatkami owsianymi 100g ( <u>gluten</u> )<br>Polędwica sopocka 30g ( <u>gluten,mleko,soja,seler</u> )<br>Ser żółty Gouda tłusty 30g ( <u>mleko</u> )<br>Pomidor 100g | Serek wiejski naturalny 200g ( <u>mleko</u> ) |

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne