

Środa, 21.05.2025	Czwartek, 22.05.2025	Piątek, 23.05.2025	Sobota, 24.05.2025	Niedziela, 25.05.2025	Poniedziałek, 26.05.2025	Wtorek, 27.05.2025	Środa, 28.05.2025	Czwartek, 29.05.2025	Piątek, 30.05.2025	Sobota, 31.05.2025
ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE	ŚNIADANIE
Kawa Inka na mleku (*7+1) 200ml Bułka grahamka (*1) 60g Chleb mieszany ziarnisty (*1)30g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Szynka wieprzowa (*6+1+9+10) 50g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 20g Papryka200g Kielki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	Kasza manna na mleku (*7) 300ml/ z sokiem malinowym 5ml Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 50g Ser żółty (*7) 20g Szczypiorek 10g Ogórek kiszony 20g Pomidor 20g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)90g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku (*7) 200ml Bułka pszenna (*1) 60g Chleb mieszany ziarnisty (*1)30g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Polędwica sopocka (*7) 15g Polędwica rubinowa wieprzowa (*9*10+1) 40g Jajko gotowane(*3) 1 szt./50g Pomidor 30g Szczypior 10g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	Platki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 90g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Polędwica sopocka +1+9+10) 60g Twaróg 1 plaster *7/20g/ Rzodkiewka20g Kecup 20g Ogórek 30g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Kawa Inka na mleku (*7+1) 200ml Bułka pszenna (*1) 60g Chleb mieszany ziarnisty (*1)30g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Parówki z szynki (*1+6+9+10) 100g Kecup 20g Ogórek 30g Kielki rzodkiewki 5g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku (*7) 200ml Bułka grahamka (*1) 60g Chleb mieszany ziarnisty (*1)30g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Szynka drobiowa (+1+9+10) 60g Mozzarella plaster *7/20g Papryka 20g Pomidor 20g Roszponka 5g Herbata b/c 250ml	Owsianka na mleku (*7)350ml Jajko gotowane 1szt./50g (*3) Schab wieprzowy z kija (*6+9+10) 40g Pomidor 20g Rzodkiewka 20g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 90g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Herbata b/c 250ml	Kawa Inka na mleku (*1+7) 200ml Bułka grahamka (*1) 60g Chleb mieszany ziarnisty (*1)30g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Ser żółty 40g *7 Szynka drobiowa (*9*10+1) 40g Rzodkiewka 20g Papryka 20g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Platki śniadaniowe na mleku (*7) 350ml Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 90g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Ser żółty 40g *7 Szynka drobiowa (*9*10+1) 40g Rzodkiewka 20g Papryka 20g Rukola 5g Herbata b/c 250ml	Kakao na mleku (*7) 250ml Twaróg plastry (*7) 70g Polędwica sopocka (*6+9+10) 20g Szczypiorek 10g Pomidor 20g Ogórek kiszony 20g Bułka pszenna (*1) 80g Chleb pszenno- żytni (*1)30g Masło 83%tł. (*7) 15g Herbata b/c 250ml	Kaszka manna na mleku z sokiem malinowym (*7) 350ml/10ml Jajko 1szt./50g *3 Szynka drobiowa delikatesowa (*1+6+9+10) 40g Ogórek 30g Szczypiorek 10g Rukola 5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)90g Masło 83%tł.(*7) 15g Herbata b/c 250ml
II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE
Mandarynka 120g Bułeczka mleczna (*1*7*3) 40g	Jabłko 150g Biszkopty bez cukru (*1*3*7) 20g	Pomarańcza 200g Mleko waniliowe (*7) 200ml	Jogurt owocowy (*7) 100g Mieszanka studencka (*8+11) 10g	Przecier owocowy bez cukru 123g Herbatniki (*1*3*7) 20g	Kanapka wieloziaństwa z masłem, serem żółtym, ogórkiem i sałatą,(*1*3*7+6) 80g Mandarynka 120g	Gruszka 160g Ciastka zbożowe (1*3) 20g	Jabłko 120g Wafle ryżowe 30g	Kanapka wieloziaństwa z masłem, szynką wieprzową , ogórkiem i sałatą,(*1*3*7+6) 80g Mandarynka 120g	Pomarańcza 1szt. Drożdżówka (*1*3*7)40g	Jogurt owocowy (*7) 100ml Mieszanka studencka (*8+1) 15g
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą na wywarze mięsno-warzywnym (*7,*9)350ml Bitki ze schabu wieprzowego w sosie pieczeniowym duszone bez obsmażania (*1*7) 100g/30ml Klaski śląskie(*1) 8szt./160g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki z olejem rzepakowym 100g Woda 200ml	Zupa pieczarkowa wywarze mięsnym i włoszczyzny z ziemniakami (*7*9) 350ml Pulpeciki drobiowo-wieprzowe gotowane w sosie śmietankowo-koperkowym (*1*7*9) 100g/30g Kasza jęczmienna (*1) 200g Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 100g Woda 200ml	Zupa szpinakowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9)350ml Paluszki rybne z mintaja panierowane smażone (*1*4) 100g Ziemniaki 200g Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki z pietruszką i olejem rzepakowym 100g Woda 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno-warzywnym *1*3*7*9 350ml Placuszki drożdżowe smażone (*1*3) ze sosem śmietanowo-truskawkowym (*7) 50ml Jabłko 120g Woda 200ml	Rosół na wywarze warzywno-drobiowym z ryżem (*9) 350ml Udło z kurczaka pieczone 150g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym100g Woda 200ml	Krupnik ziemniakami na wywarze mięsno-warzywnym (*1*9) 350ml Gulasz z szynki wieprzowej w delikatnym sosie pieczeniowym duszony (*1) 150g Ryż biały 200g Surówka z białej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 100g Woda 200ml	Zupa brokułowa na wywarze mięsno-warzywnym z lanym ciastem (*1*3*7*9) 350ml Naleśniki z twarogiem smażone (*1*3*7) 3szt./z sosem truskawkowym (*7) 50ml Banan 150g Woda 200ml	Zupa z fasolki szparagowej na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami (*7*9) 350ml Potrawka z kurczaka z warzywami duszona w sosie (*1*7) 150g Ryż biały 200g Surówka z czerwonej kapusty i marchewki z olejem rzepakowym 100g Woda 200ml	Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno-warzywnym z zacierką (*1*7*9) 350ml Kotlet mielony wieprzowo-drobiowy pieczony (*1*7*9) 100g Ziemniaki 200g Surówka z buraka i marchewki z olejem rzepakowym 100g Woda 200ml	Zupa ogórkowa z ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (*7*9)350ml Paluszki rybne z mintaja smażone (*1*4) 100g/3szt/ Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki z olejem rzepakowym 100g Ziemniaki gotowane 200g Woda 200ml	Zupa grochowa na wywarze warzywnym z ziemniakami (*9) 350ml Pierogi ruskie gotowane z farszem twarogowo-ziemniaczanym okraszone cebulką (*1*3*7) 6szt./250g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100g Woda 200ml
PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK	PODWIECZOREK
Jogurt owocowy (*7) 100g Mieszanka studencka (*8+11) 15g	Mus owocowy bez cukru 100%/100g Bułeczka mleczna (*1*7*3) 40g	Ciastka zbożowe (*1) 25g Galaretki z owocami 120g	Sok owocowy 200ml Wafle ryżowe 30g	Drożdżówka(*1*3*7 +6) 40g	Galaretka z owocami bez cukru 123g Herbatniki bebe (*1*3) 15g	Serek homogenizowany owocowy (*7) 150g Mieszanka studencka (*8+11) 10g	Ciasteczka zbożowe (*1*3) 35g 			

Makrela wędzona (*4) 40g Twaróg (*7) 40g Miód 15g Rzodkiewka 30g Szcypiorek 10g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 90g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Herbata b/c 250ml	Leczo warzywne z cukinii z olejem rzepakowym z kurczakiem 160g Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 20g Ogórek 20g Pomidor 20g Chleb mieszany ziarnisty (*1)90g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Herbata b/c 250ml	Twaróg plastry *7/40g Szynka z indyka 75%/30g Dżem truskawkowy 25g Szcypiorek 20g Papryka 20g Chleb mieszany ziarnisty (*1)90g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Herbata b/c 250ml	Szynka delikatesowa drobiowa (*1+6+9) 60g Mozzarella *7/30g Pomidor 20g Ogórek 20g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 90g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Kakao na mleku (*7) 200ml	Twaróg plastry (*7) 60g Szcypiorek 10g Miód 15g Ogórek kiszony 20g Rzodkiewka 20g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 90g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Herbata b/c 250ml	Ser żółty (*7) 50g Polędwica sopocka (*6+9+10) 30g Pomidor 20g Ogórek 20g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 90g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Herbata b/c 250ml	Makaron z warzywami i piersią z kurczaka na ciepło (*1+9+10) 160g Polędwica drobiowa (*1+6+9) 20g Ogórek 30g Chleb mieszany ziarnisty (*1)90g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Herbata b/c 250ml	Twaróg plastry (*7) 60g Szcypiorek 10g Polędwica sopocka wieprzowa (*6+9+10+11) 30g Rzodkiewka 20g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 90g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Kakao na mleku (*7) 200ml	Szynka wiśniowa wieprzowa (+1+9+10) 60g Mozzarella (*7) 20g Ogórek kiszony 20g Pomidor 20g Chleb mieszany ziarnisty (*1)90g Masło extra 83%tł. (*7) 15g Herbata b/c 250ml	Salatka jarzynowa z jajkiem (*3*7*9) 100g Ser żółty (*7)20g Ogórek 20g Pomidor 20g Chleb mieszany ziarnisty (*1)90g Masło extra 83%tł. (*7)15g Herbata b/c 250ml	Makrela wędzona (*4) 50g Twaróg 40g *7 Szcypiorek 10g Pomidor 30g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 90g Masło extra 83%tł. (*7)15g Herbata b/c 250ml
Wartość energet. [kcal] 2281 Białko ogółem [g]: 93,85 Tłuszcz[g]: 80,08 w tym tłuszcze nasycone[g]: 23,1 Węglowodany ogółem[g]: 280,88 w tym cukry[g]: 53,23 Błonnik[g]: 35,2 Sól [g]: 3,02	Wartość energet. [kcal] 2343 Białko ogółem [g]: 94,12 Tłuszcz[g]: 84,13 w tym tłuszcze nasycone[g]: 13,8 Węglowodany ogółem[g]: 299,11 w tym cukry[g]: 65,39 Błonnik[g]: 35,1 Sól [g]: 3,2	Wartość energetyczna: 2311 Białko ogółem [g]:95,34 Tłuszcz[g]:80,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 29,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 38,11 Sód [g]: 2,89	Wartość energet. [kcal] 2284 Białko ogółem [g]: 92,04 Tłuszcz[g]: 84,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 310,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:40,12 Sód[g]: 3,55	Wartość energet. [kcal] 2304 Białko ogółem [g]: 88,76 Tłuszcz[g]: 82,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 308,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 33,03 Sód [g]: 3,82	Wartość energet. [kcal] 2354 Białko ogółem [g]: 92,54 Tłuszcz[g]: 90,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 320,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]:37,12 Sód [g]: 3,55	Wartość energetyczna[kcal] 2315 Białko ogółem [g]: 90,34 Tłuszcz[g]: 78,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 329,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 38,09 Sód [g]: 2,99	Wartość energet. [kcal] 2274 Białko ogółem [g]: 88,23 Tłuszcz[g]: 73,2 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 316,12 w tym cukry[g]: 44,54 Błonnik[g]:39,4 Sód [g]: 3,42	Wartość energet. [kcal] 2287 Białko ogółem [g]: 92,76 Tłuszcz[g]: 72,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 318,56 w tym cukry[g]: 50,23 Błonnik[g]: 38,03 Sód [g]: 3,33	Wartość energet. [kcal] 2302 Białko ogółem [g]:90,89 Tłuszcz[g]: 81,48 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,9 Węglowodany ogółem[g]: 314,05 w tym cukry[g]: 90,05 Błonnik[g]:38,2 Sól [g]: 4,46	Wartość energet. [kcal] 2272 Białko ogółem [g]: 86,69 Tłuszcz[g]: 82,13 w tym tłuszcze nasycone[g]: 13,8 Węglowodany ogółem[g]: 273,03 w tym cukry[g]: 65,39 Błonnik[g]: 34,1 Sól [g]: 3,2

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)	GLUTEN
2)	SKORUPIAKI
3)	JAJA
4)	RYBY
5)	ORZESZKI ZIEMNE
6)	SOJA
7)	MLEKO
8)	ORZECY
9)	SELER
10)	GORCZYCA
11)	ZIARNA SEZAMU
12)	DWUTLENEK SIARKI
13)	LUBIN

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.