

	PONIEDZIAŁEK 01.09.2025	WTOREK 02.09.2025	ŚRODA 03.09.2025	CZWARTEK 04.09.2025	PIĄTEK 05.09.2025
ŚNIADANIE	Pieczyno mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ pasztet 15g/1,7,8/ ser łaciaty 15g/7/ ogórek 20g/pomidor; herbata owocowa 250ml; <i>Ok.320kcal</i>	Pieczyno mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Ser z zielonym ogórkiem 15g/7/ Szynka bankietowa 15g/1,7,8/ Ogórek zielony 20g/papryka ; herbata 250ml; <i>Ok.310kcal</i>	Pieczyno mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ parówka na ciepło 1szt; ser w plasterkach 15g/7/ Ketchup; pomidor/ ogórek 20g; herbatka ziołowa 250ml; <i>Ok.420kcal</i>	Pieczyno mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Szynka gotowana 15g; Ser puszysty 15g/7/ papryka / ogórek konserwowy; herbata owocowa 250ml; <i>Ok.320kcal</i>	Pieczyno mieszane 80g/1,3,7/ Masło 10g/7/ Pasta z żółtego sera 15g/7/ Powidła śliwkowe 15g; ogórek 20g/sałata; herbata owocowa 250ml; <i>Ok.330kcal</i>
II Śniadanie	Owoc 1szt. <i>Ok. 80kcal</i>	Chrupkie pieczywo 2szt; Warzywa talarki 20g; <i>Ok. 100kcal</i>	Owoc 1szt.; <i>Ok.80kcal</i>	Truskawki z bananami 130g; <i>Ok.130kcal</i>	Owoc 1szt.; <i>Ok.80kcal</i>
OBIADY	Zupa kalafiorowa zabelana z koperkiem 200ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, kalafior, koperek, śmietanka, przyprawy) Makaron świderki 150g/1,3/; Sos boloński 100g/1,9/; (mielone mięso wp, cebulka, przecier pomidorowy, przyprawy) woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.700kcal</i>	Zupa ogórkowa 200ml/1,3,9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, ogórki kwaszone, natka pietruszki, przyprawy) ziemniaki z koperkiem 150g; kotlet mielony 80g/1,3/; (mielone mięso z szynki wp, cebulka, jajko, bułka tarta, przyprawy) sałata w śmietanie 100g/7/; woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.720kcal</i>	Zupa pieczarkowa z makaronem 200ml/1,3,9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, pieczarki, śmietanka, makaron, przyprawy) Pierogi z truskawkami polane masłem 150g/1,3,7/; (mąka, woda, truskawki, olej, przyprawy, masło) woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.680kcal</i>	zupa krem z pomidorów 200ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, cebulka, pomidory, przyprawy) ziemniaki z koperkiem 150g; panierowana pierś z kurczaka 80g/1,3/; (pierś kurczaka, jajko, bułka tarta, przyprawy) surówka colesław 100g/3,9/; woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.720kcal</i>	Zupa koperkowa 200ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, koperek, śmietanka, przyprawy) ziemniaki z koperkiem 150g; panierowany filet z dorsza 80g/1,3,4/; (dorsz czarny, jajko, bułka tarta, przyprawy) surówka z kwaszonej kapusty 100g/9/; woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.710kcal</i>
Podwieczorek	Bułka mleczna 1szt/1,3,7/; <i>Ok. 60kcal</i>	Ciasteczka bebe 1 paczuska; <i>Ok.60kcal</i>	Jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi 150g/1,7/; <i>Ok. 160kcal</i>	Kanapka 1szt/1,3,7/; Warzywa słupki 20g; <i>Ok. 120kcal</i>	Wafelek 1szt/1,7,8/; <i>Ok. 130kcal</i>
Wartości odżywcze	Ok. 1160kcal B: 18g-18%; T: 38g-26%; W: 191g- 56%	Ok.1190kcal B: 25g-23%; T:34g-24%; W: 188g- 53%	Ok. 1340kcal B: 22g-19%; T:38g-27%; W: 195g- 54%	Ok. 1290kcal B:24g-22%; T: 38g-25%; W: 178g- 53%	Ok. 1250kcal B:20g-21%; T: 35g-26%; W: 183g- 53%

Dostawca zastrzega możliwość wprowadzenia zmian w jadłospisie.

ALERGENY: /1/-gluten; /2/-skorupiaki; /3/-jaja; /4/-ryby; /5/-orzeszki ziemne; /6/-soja; /7/-mleko; /8/-orzechy; /9/-seler; /10/-gorczyca; /11/-nasiona sezamu; /12/-dwutlenek siarki; /13/-lubin; /14/-mięczaki

*B- białko, T- tłuszcze, W- węglowodany