

	PONIEDZIAŁEK 22.09.2025	WTOREK 23.09.2025	ŚRODA 24.09.2025	CZWARTEK 25.09.2025	PIĄTEK 26.09.2025
ŚNIADANIE	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/; Masło 10g/7/; Pasztecik 15g; ser w plastrach 15g/7/; ogórek 20g/pomidor; herbata owocowa 250ml; <i>Ok.320kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/; Masło 10g/7/; Twaróg ze szczypiorkiem 15g/7/; schab biały 15g/1,7,8/; Ogórek zielony 20g/papryka ; herbata 250ml; <i>Ok.300kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/; Masło 10g/7/; parówka na ciepło 1szt; Ser kanapkowy 15g/7/; Ketchup; pomidor/ ogórek 20g; herbatka ziołowa 250ml; <i>Ok.410kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/; Masło 10g/7/; pasta z wędlin 15g/1,3,7,8/; ser łaciasty 15g/7/; papryka / ogórek konserwowy; herbata owocowa 200ml; <i>Ok.320kcal</i>	Pieczywo mieszane 80g/1,3,7/; Masło 10g/7/; ser gouda 15g/7/; dżem owocowy 15g; ogórek 20g/sałata; herbata owocowa 250ml; <i>Ok.350kcal</i>
II Śniadanie	Owsianka z żurawiną 150ml/1,7/; <i>Ok. 160kcal</i>	brownie 150ml/1,3,7,8/; <i>Ok.170kcal</i>	Owoc 1szt.; <i>Ok.80kcal</i>	wafelek kakaowy 1szt/1,3,7,8/; <i>Ok. 180kcal</i>	Owoc 1szt.; <i>Ok.80kcal</i>
OBIADY	Zupa brokułowa 200ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, brokuły, śmietanka, przyprawy) makaron świderki 150g/1,3/; sos pomidorowy 100g/1,9/; (przecier pomidorowy, cebulka, śmietanka, przyprawy) woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.670kcal</i>	zupa ogórkowa 200ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, ogórek kwaszony, koperek, przyprawy) kasza jęczmienna 150g/1/; gulasz wp 100g/1,9/; (szynka wp, cebulka, przyprawy) surówka z buraczków 100g/9/; woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.710kcal</i>	Zupa krem z buraczków 200ml/9/; (wywar mięsno-warzywny, buraczki, śmietanka, przyprawy) ryż 150g; kurczak w sosie śmietanowym z marchewką 100g/1,9/; (pierz kurczaka, cebulka, marchewka, śmietanka, przyprawy) woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.690kcal</i>	Rosół z makaronem 200ml/1,3,9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, makaron nitki, marchewka, natka pietruszki, przyprawy) ziemniaki z koperkiem 150g; kotlet lwowski 80g/1,3,7/; (pierz z kurczaka, ser gouda, jajko, bułka tarta, przyprawy) surówka colesław 100g/3,9/; woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.730kcal</i>	krupnik 200ml/1,9/; (wywar mięsno-warzywny, włoszczyzna, warzywa, śmietanka, natka pietruszki, kasza jęczmienna, przyprawy) ziemniaki z koperkiem 150g; paluszki rybne 2szt/1,3,4/; (filet z dorsza, jajko, bułka tarta, przyprawy) sałatka z fasolki szparagowej 100g/9/; woda mineralna/kompot 200ml <i>Ok.710kcal</i>
Podwieczorek	Owoc 1szt. <i>Ok. 80kcal</i>	Bułka graham 1/2szt/1,3,7/; Warzywa słupki 20g; <i>Ok. 110kcal</i>	Biszkopty 20g/1,3,7/; Mus owocowy 20ml; <i>Ok. 120kcal</i>	Kanapka 1szt/1,3,7/; Serek z łososiem i koperkiem 15g/4,7/; <i>Ok.130kcal</i>	Chąłka z masłem 20g/1,3,7/; Serek waniliowy 20g/7/; <i>Ok. 120kcal</i>
Wartości odżywcze	Ok. 1230kcal B: 17g-18%; T: 35g-24%; W: 182g- 58%	Ok.1290kcal B: 20g-18%; T:36g-27%; W: 189g- 55%	Ok. 1300kcal B: 22g-20%; T:30g-23%; W: 174g- 57%	Ok. 1360kcal B:26g-21%; T: 37g-26%; W: 184g- 53%	Ok. 1260kcal B:20g-21%; T: 32g-24%; W: 178g- 55%

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/-łubin; /14/-mięczaki

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