

**12.05.2025 (poniedziałek)****► Śniadanie (343kcal)**

Chleb żytni (129kcal)	1 kromka (50g)
Pomidor (2kcal)	1/8 sztuki (10g)
Szynka z indyka (17kcal)	1 i 1/3 plastra (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
HERBATA (6kcal)	150ml
Zupa mleczna z płatkami (113 kcal)	1 porcja
Salata masłowa (1kcal)	1/8 sztuki (10g)

ALERGENY 1,7,10*

► Obiad (377kcal)

Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml (56 kcal)	1 porcja
Mus 100% banan jabłko Kubuś (54kcal)	1 sztuka (100g)
Pełnoziarniste spaghetti bolognese 120g (234 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

► Podwieczorek (159kcal)

Budyń z owocami (150 kcal)	1 porcja
PALUCH KUKURYDZIANY (9kcal)	20g

ALERGENY 1,7,9*

**13.05.2025 (wtorek)****► Śniadanie (255kcal)**

Pomidor koktajlowy (2kcal)	1/2 sztuki (10g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)

Chleb zwykły (104kcal)	40g
Ser edamski, tłusty (63kcal)	1 plaster (20g)
Kiełki rzodkiewki (4kcal)	2 szczypty (10g)
Herbata z mlekiem 150ml (7 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,4,7,*

► **Obiad (492kcal)**

Zupa kalafiorowa z parmezanem 250ml (291 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem 150g (68 kcal)	1 porcja
Kotlet mielony z zieloną pietruszką 80g (68 kcal)	1 porcja
Mizeria z szczypiorkiem i jogurtem naturalnym 80g (32 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

► **Podwieczorek (236kcal)**

Sok marchwiowy (68kcal)	3/4 szklanki (150ml)
Fit Ciasteczka Zbożowe z jagodą Bez Cukru - Sante (168kcal)	4 sztuki (40g)

ALERGENY 1,3,7,*

**14.05.2025 (środa)**► **Śniadanie (315kcal)**

Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb wiejski (128kcal)	50g
Pasta jajeczna z papryką i szczypiorkiem (83 kcal)	1 porcja
Kawa zbożowa z mlekiem 2% tłuszczu 150ml (29 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,9*

► **Obiad (502kcal)**

Zupa meksykańska z kurczakiem 250ml (240 kcal)	1 porcja
Naleśniki z serem i jabłkiem (229 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

► **Podwieczorek (237kcal)**

Cząstki marchewki (7 kcal)	1 porcja
Kanapka z szynką i papryką (230 kcal)	1 porcja

Alergeny 1,7,9,*

**15.05.2025 (czwartek)**► **Śniadanie (298kcal)**

Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony (31kcal)	1 porcja (20g)
Zupa mleczna z płatkami (134 kcal)	1 porcja
Herbata miętowa (3kcal)	3/4 szklanki (150ml)
Bułka francuska (55kcal)	2 kromki (20g)

ALERGENY 1,3,7,9*

► **Obiad (466kcal)**

Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami z koperkiem 250ml (125 kcal)	1 porcja
Salatka z sałaty lodowej z marchewką z sosem winegret 80g (30 kcal)	1 porcja
Kasza jęczmienna 100g (101 kcal)	1 porcja
Polędwiczka wieprzowa 50g (177 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

► **Podwieczorek (232kcal)**

Herbata ziołowa, parzona (2kcal) 3/4 szklanki (150ml)

Kisiel z owocami (122 kcal) 1 porcja

Ciastka owsiane (108kcal) 2 sztuki (24g)

ALERGENY 1,3,7,*

**16.05.2025** (piątek)► **Śniadanie (351kcal)**

Masło ekstra (75kcal) 2/3 porcji (10g)

Chleb zwykły (131kcal) 50g

Ogórek (1kcal) 1/8 sztuki (10g)

Zupa mleczna z grysikiem (89 kcal) 1 porcja

Herbata 150ml (7 kcal) 1 porcja

Serek ze szczypiorkiem (48kcal) 1 i 1/3 łyżeczki (20g)

ALERGENY 1,4,7,9*

► **Obiad (410kcal)**

Zupa koperkowa z makaronem 250ml (95 kcal) 1 porcja

Ziemniaki z koperkiem i masłem 150g (68 kcal) 1 porcja

Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem 80g (98 kcal) 1 porcja

Paluszki rybne z piekarnika 2szt (116 kcal) 1 porcja

Kompot 150g (33 kcal) 1 porcja

ALERGENY 1,3,4,7,9*

► **Podwieczorek (163kcal)**

Herbata czarna, napar z cukrem (30kcal) 1 porcja (150ml)

Ciasto marchewkowe (133 kcal) 1 porcja

ALERGENY 1,3,7,*

**19.05.2025 (poniedziałek)**► **Śniadanie (366kcal)**

Chleb żytni (129kcal) 1 kromka (50g)

Masło ekstra (75kcal) 2/3 porcji (10g)

HERBATA (6kcal) 150ml

Zupa mleczna z płatkami (113 kcal) 1 porcja

Szynka wiejska (13kcal) 1/2 porcji (10g)

Kabanosy (27kcal) 1/5 sztuki (10g)

Rzodkiewka (3kcal) 1 sztuka (15g)

ALERGENY 1,7,10*

► **Obiad (336kcal)**

Zupa z zielonego groszku 250ml (77 kcal) 1 porcja

Surówka z buraczkami i jabłkiem (32 kcal) 1 porcja

Makaron warzywny 100g (95 kcal) 1 porcja

Gulasz z kurczaka z papryką i cebulą 120ml (99 kcal) 1 porcja

Kompot 150g (33 kcal) 1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

► **Podwieczorek (348kcal)**

Jogurt grecki z owocami (309 kcal) 1 porcja

Musli tradycyjne Sante (39kcal) 2/3 łyżki (10g)

ALERGENY 1,3,7,*

**20.05.2025 (wtorek)****► Śniadanie (395kcal)**

Chleb wiejski (99kcal)	2 porcje (40g)
Masło ekstra (112kcal)	1 porcja (15g)
Herbata malinowa (2kcal)	3/4 szklanki (150ml)
Papryka czerwona (3kcal)	1/8 sztuki (10g)
Rukola (3kcal)	1/2 garści (10g)
Serek z warzywami (176 kcal)	1 porcja

Alergeny 1,3,7,9,*

► Obiad (392kcal)

Bulion wołowy z zacierkami 250ml (128 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem 150g (68 kcal)	1 porcja
Potrąka z gotowanej wołowiny 80g (82 kcal)	1 porcja
Surówka z czerwonej kapusty 80g (81 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

► Podwieczorek (202kcal)

Mandarynki (29kcal)	1 sztuka (65g)
KAKAO 150ML (116kcal)	150ml
Wafle ryżowe z dżemem (57 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,9*

**21.05.2025 (środa)****► Śniadanie (264kcal)**

Ogórek kiszony (2kcal)	1/3 sztuki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
HERBATA (6kcal)	150ml
Chleb pszenny (65kcal)	1 porcja (25g)
Parówki z szynki (116kcal)	1 sztuka (40g)

ALERGENY 1,3,7,9*

► Obiad (483kcal)

Zupa pieczarkowa 250ml (173 kcal)	1 porcja
Pierogi z mięsem 150g (197 kcal)	1 porcja
OWOC (80kcal)	80g
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

► Podwieczorek (324kcal)

Herbata czarna (13 kcal)	1 porcja
Kanapki z ogórkowym twarożkiem (311 kcal)	1 porcja

Alergeny 1,3,7,9,*

**22.05.2025 (czwartek)****► Śniadanie (234kcal)**

Chleb żytni staropolski (92kcal)	1 kromka (40g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Herbata ziołowa, rumianek (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Ser gouda, tłusty (64kcal)	1 sztuka (20g)

Roszponka (1kcal)

1/3 garści (10g)

ALERGENY 1,4,3,7,9*

► **Obiad (604kcal)**

Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (196 kcal)

1 porcja

Surówka z czerwonej kapusty 80g (81 kcal)

1 porcja

Kasza gryczana 100g (103 kcal)

1 porcja

Bitki 50g w sosie własnym 50ml (191 kcal)

1 porcja

Kompot 150g (33 kcal)

1 porcja

Alergeny 1,3,7,9,*

► **Podwieczorek (109kcal)**

Galaretkę owocową (83 kcal)

1 porcja

Bita śmietana (wyrób własny) (26 kcal)

1 porcja

Alergeny 1,7,*

**23.05.2025** (piątek)► **Śniadanie (382kcal)**

Zupa mleczna z grysiem (135 kcal)

1 porcja

Bagietki francuskie (142kcal)

1/6 sztuki (50g)

Ogórek (3kcal)

1/8 sztuki (20g)

Masło (72kcal)

1 plaster (10g)

PASTA RYBNA Z SEREM I SZCZYPIONIEM (30kcal)

20g

ALERGENY 1,3,7,9,*

► **Obiad (490kcal)**

Żurek z ziemniakami 250ml (156 kcal)

1 porcja

Ciastka sante (152 kcal)	1 porcja
Ryż na mleku z cynamonem i jabłkiem (149 kcal)	1 porcja
Kompot 150ml (33 kcal)	1 porcja

Alergeny 1,3,7,9,*

► Podwieczorek (38kcal)

Salatka warzywno- owocowa ze słonecznikiem (36 kcal)	1 porcja
Herbata owocowo-ziołowa (2kcal)	1 szklanka (150ml)

Alergeny 1,3,7,9,*