

**26.05.2025** (poniedziałek)▶ **Śniadanie (368kcal)**

Szynka wiejska (51kcal)	1 porcja (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
HERBATA (6kcal)	150ml
Chleb wiejski (99kcal)	2 porcje (40g)
Zupa mleczna z płatkami (134 kcal)	1 porcja
Salata (3kcal)	1/8 sztuki (20g)

ALERGENY 1,7,10*

▶ **Obiad (710kcal)**

Zupa kalafiorowa z ziemniakami 250ml (112 kcal)	1 porcja
Łazanki z kapustą i mięsem 180g (548 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja
Mus z marchwi (17kcal)	1 porcja (80g)

ALERGENY 1,3,7,9*

▶ **Podwieczorek (121kcal)**

Cząstki marchewki (7 kcal)	1 porcja
Ciastka owsiane (108kcal)	2 sztuki (24g)
HERBATA (6kcal)	150ml

ALERGENY 1,3,7,*

**27.05.2025** (wtorek)▶ **Śniadanie (418kcal)**

Herbata owocowo-ziołowa "jabłko z gruszką" Herbapol (167kcal)	1 szklanka (150ml)
Ogórek kiszony (2kcal)	1/3 sztuki (20g)

Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb zwykły (131kcal)	50g
Pasztet z kurczaka, pieczony (43kcal)	2/3 plastra (20g)

ALERGENY 1,3,7,9,*

► Obiad (688kcal)

Zupa ogórkowa z brązowym ryżem 250ml (73 kcal)	1 porcja
Ziemniaki młode z koperkiem i masłem 150g (68 kcal)	1 porcja
Kotlet drobiowy mielony 80g (450 kcal)	1 porcja
Sok wielowarzywny (41kcal)	1 szklanka (150ml)
Surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem zielonym i kiełkami 80g (56 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

► Podwieczorek (238kcal)

Kisiel z owocami (122 kcal)	1 porcja
Petitki Lubisie, Miś mleczny - LU (116kcal)	1 sztuka (30g)

ALERGENY 1,7,9,*

**28.05.2025 (środa)****► Śniadanie (234kcal)**

Masło ekstra (112kcal)	1 porcja (15g)
Chleb graham (46kcal)	2/3 kromki (20g)
Herbata owocowo-zielona (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Ser żółty (71 kcal)	1 porcja
Ogórek (3kcal)	1/8 sztuki (20g)

ALERGENY 1,7,*

► Obiad (665kcal)

Kapuśniak 250ml (172 kcal)	1 porcja
Pampuchy na parze z sosem owocowym (375 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja
Chipsy warzywne (85kcal)	1 opakowanie (18g)

Alergeny 1,3,7,9

► Podwieczorek (233kcal)

Herbata czarna, napar z cukrem (30kcal)	1 porcja (150ml)
Kanapki z humusem i mixem salat (203 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,*

**29.05.2025 (czwartek)****► Śniadanie (340kcal)**

Chleb zwykły (177kcal)	2 kromki (70g)
Masło ekstra (112kcal)	1 porcja (15g)
Herbata czarna, napar z cukrem (30kcal)	1 porcja (150ml)
Szynka z indyka (17kcal)	1 i 1/3 plastra (20g)
Pomidor (4kcal)	1/8 sztuki (20g)

ALERGENY 1,7,9*

► Obiad (557kcal)

Zupa krem z soczewicy z groszkiem ptysiowym (137 kcal)	1 porcja
Kasza jęczmienna 100g (168 kcal)	1 porcja
Duszone polędwiczki wieprzowe 80g (150 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja
Surówka z selera, ogórka kiszzonego z kukurydzą 80g (69 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

► **Podwieczorek (329kcal)**

Borówka amerykańska, surowa (31kcal) 1 porcja (50g)

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

Gofry z bitą śmietaną (wyrób własny) (296 kcal) 1 porcja

ALERGENY 1,7,*

**30.05.2025** (piątek)► **Śniadanie (425kcal)**

Chleb wielkopolski (130kcal) 1 kromka (50g)

Masło (143kcal) 2 plastry (20g)

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

Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (122 kcal) 1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

► **Obiad (627kcal)**

Zupa jarzynowa z lanym ciastem 250ml (157 kcal) 1 porcja

Paluszki rybne z piekarnika 2szt (248 kcal) 1 porcja

Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem 80g (121 kcal) 1 porcja

Młode ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal) 1 porcja

Kompot 150g (33 kcal) 1 porcja

Alergeny 1,3,4,7,9,*

► **Podwieczorek (157kcal)**

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

Cząstki jabłka (20 kcal) 1 porcja

Rogaliki z dżemem (107 kcal)

1 porcja

Alergeny 1,3,7,9,*

**02.06.2025 (poniedziałek)****► Śniadanie (406kcal)**

Chleb zwykły (183kcal)

70g

Masło ekstra (37kcal)

1/3 porcji (5g)

Zupa mleczna z grysiem (135 kcal)

1 porcja

Herbata czarna, napar z cukrem (30kcal)

1 porcja (150ml)

Szynka z indyka (17kcal)

1 i 1/3 plastra (20g)

Pomidor koktajlowy (4kcal)

1 sztuka (20g)

ALERGENY 1,7,9*

► Obiad (613kcal)

Zupa porowa z ziemniakami 250g (130 kcal)

1 porcja

Pełnoziarniste spaghetti bolognese 120ml (350 kcal)

1 porcja

Kompot 150g (33 kcal)

1 porcja

OWOC (100kcal)

100g

ALERGENY 1,7,9*

► Podwieczorek (119kcal)

Jogurt grecki, niskotłuszczowy (73kcal)

5 łyżek (100g)

Granola czekoladowa Sante (46kcal)

1/8 opakowania (10g)

ALERGENY 1,7,*

**03.06.2025 (wtorek)****► Śniadanie (292kcal)**

Chleb wiejski (50kcal)	1 porcja (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Herbata czarna, napar bez cukru (0kcal)	2/3 szklanki (150ml)
Zupa mleczna z grysikiem (135 kcal)	1 porcja
Szczypiorek (7kcal)	4 łyżki (20g)
Serek naturalny - Bieluch (25kcal)	3/4 łyżki (20g)

ALERGENY 1,3,7,9,*

► Obiad (603kcal)

Krupnik z kaszą pęczak 250ml (243 kcal)	1 porcja
Kotlet schabowy 80g (266 kcal)	1 porcja
Surówka z buraczkami i jabłkiem 80g (32 kcal)	1 porcja
Sok jabłkowy (62kcal)	1 szklanka (150ml)

ALERGENY 1,3,7,9*

► Podwieczorek (291kcal)

Bułeczki cytrynowe z rodzynkami (149kcal)	1 sztuka (40g)
Kakao na mleku 150g (132 kcal)	1 porcja
Jabłko (10kcal)	1/5 sztuki (20g)

ALERGENY 1,3,7,9,*

**04.06.2025 (środa)****► Śniadanie (247kcal)**

Ogórek (3kcal)	1/8 sztuki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)

Chleb graham (139kcal)	2 kromki (60g)
Herbata ziołowa, rumianek (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Szynka wędzona, chuda (28kcal)	1 porcja (20g)

ALERGENY 1,3,7,*

► Obiad (761kcal)

Zupa brokułowa 250ml (171 kcal)	1 porcja
Risotto z mięsem 180g (434 kcal)	1 porcja
Sos pomidorowy (123 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

► Podwieczorek (178kcal)

Budyń z owocami 150ml (157 kcal)	1 porcja
Biszkopty (21kcal)	2 sztuki (6g)

ALERGENY 1,7,*

**05.06.2025 (czwartek)****► Śniadanie (336kcal)**

Chleb żytni staropolski (185kcal)	2 kromki (80g)
Masło ekstra (112kcal)	1 porcja (15g)
Kawa zbożowa, klasyczna - Anatol (6kcal)	3/4 szklanki (150ml)
Szynka wiejska (25kcal)	1 porcja (20g)
Kiełki rzodkiewki (8kcal)	3 szczypty (20g)

ALERGENY 1,3,7,*

► **Obiad (666kcal)**

Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (196 kcal)	1 porcja
Gulasz drobiowy z leczo w sosie słodko - kwaśnym 150ml (389 kcal)	1 porcja
Ryż z curry 100g (39 kcal)	1 porcja
Kompot 200 ml (42 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

► **Podwieczorek (279kcal)**

Paluszek serowy 1 szt (64 kcal)	1 porcja
Wafle ryżowe (83kcal)	2 sztuki (20g)
Kakao na mleku (132 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9,*

**06.06.2025 (piątek)**► **Śniadanie (187kcal)**

Chleb graham (69kcal)	1 kromka (30g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Herbata cytrynowa (6kcal)	1 szklanka (150ml)
Pasta rybna ze szczypiorkiem i pietruszką (37 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,*

► **Obiad (724kcal)**

Barszcz ukraiński 250ml (170 kcal)	1 porcja
Makaron pełnoziarnisty z białym serem, masłem i miodem (354 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja
Fit Ciasteczka Zbożowe z morelą Bez Cukru Sante (167kcal)	1/7 opakowania (40g)

ALERGENY 1,37,9,*

▶ **Podwieczorek (227kcal)**

Galaretka owocowa z bitą śmietaną (wyrób własny) (212 kcal)

1 porcja

Brzoskwinia (15kcal)

1/3 sztuki (30g)

ALERGENY 1,7,*