

**15.06.2026** (poniedziałek)**► Śniadanie (246kcal)**

Ogórek kiszony (2kcal)	1/3 sztuki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb zwykły (104kcal)	40g
Herbata ziołowa, parzona (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Serek śmietanowy z papryką (63kcal)	1 porcja (20g)

ALERGENY 1,3,7,9,*

► Obiad (457kcal)

Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml (163 kcal)	1 porcja
Gulasz drobiowy z leczo w sosie słodko - kwaśnym 160ml (156 kcal)	1 porcja
Makaron penne 100g (105 kcal)	1 porcja
Kompot 150ml (33 kcal)	1 porcja

Alergeny 1,3,7,9,*

► Podwieczorek (188kcal)

Lubisie, ciastko biszkoptowe z nadzieniem mlecznym (116kcal)	1 sztuka (30g)
Arbuz (72kcal)	2/3 plastra (200g)

ALERGENY 1,3,7,*

**16.06.2026** (wtorek)**► Śniadanie (335kcal)**

Chleb zwykły (89kcal)	1 kromka (35g)
Masło ekstra (112kcal)	1 porcja (15g)
Herbata czarna, napar z cukrem (30kcal)	1 porcja (150ml)
Pasta z ciecierzycy (100 kcal)	1 porcja

Rzodkiewka (4kcal)

1 i 1/3 sztuki (20g)

ALERGENY 1,7,9*

► **Obiad (453kcal)**

Zupa koperkowa z makaronem 250ml (95 kcal)

1 porcja

Kotlet schabowy 80g (176 kcal)

1 porcja

Ziemniaki z koperkiem i masłem 150g (68 kcal)

1 porcja

Surówka z czerwonej kapusty 80g (81 kcal)

1 porcja

Kompot 150ml (33 kcal)

1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

► **Podwieczorek (262kcal)**

Herbata malinowa (2kcal)

3/4 szklanki (150ml)

Gofry (163 kcal)

1 porcja

Banan (97kcal)

1 sztuka (100g)

ALERGENY 1,7,*

**17.06.2026 (środa)**► **Śniadanie (239kcal)**

Szynka wiejska (51kcal)

1 porcja (20g)

Masło ekstra (75kcal)

2/3 porcji (10g)

HERBATA (6kcal)

150ml

Chleb wiejski (99kcal)

2 porcje (40g)

Kiełki rzodkiewki (8kcal)

3 szczypty (20g)

ALERGENY 1,7,10*

► **Obiad (455kcal)**

Kapuśniak z młodej kapusty z pomidorami (64 kcal)	1 porcja
Kluski leniwe z masłem i cukrem trzcinowym (358 kcal)	1 porcja
Kompot 150ml (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

► **Podwieczorek (338kcal)**

DROŻDŻÓWKA „CYNAMONKA” (172kcal)	70g
KAKAO 150ML (116kcal)	150ml
Nektarynka (50kcal)	1 sztuka (100g)

ALERGENY 1,7,*

**18.06.2026** (czwartek)► **Śniadanie (289kcal)**

Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb graham (46kcal)	2/3 kromki (20g)
Herbata owocowo-ziołowa (2kcal)	3/4 szklanki (150ml)
Dżem morelowy, niskosłodzony (31kcal) ,słupki marchewki	1 i 1/3 łyżeczki (20g)
Zupa mleczna z grysikiem (135 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,*

► **Obiad (536kcal)**

Zupa kalafiorowa z parmezanem 250ml (291 kcal)	1 porcja
Kasza gryczana 100g (103 kcal)	1 porcja
Pieczona polędwica z suszonymi śliwkami (63 kcal)	1 porcja
Surówka z kapusty lodowej z marchewką, kiełkami rzodkiewki i jogurtem 80g (46 kcal)	1 porcja
Kompot 150ml (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

► **Podwieczorek (133kcal)**

Chrupki kukurydziane (19kcal) 1 garść (5g)

Kisiel z owocami 150ml (114 kcal) 1 porcja

ALERGENY 1,7,*

**19.06.2026 (piątek)**► **Śniadanie (383kcal)**

Kawa zbożowa anatol o smaku wanilii Rieber Foods (6kcal) 150g

Chleb zwykły (131kcal) 50g

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

Zupa mleczna z płatkami 150ml (134 kcal) 1 porcja

Pasta rybna ze szczypiorkiem i pietruszką (37 kcal) ,kielki rzodkiewki 1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

► **Obiad (435kcal)**

Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami z koperkiem (123 kcal) 1 porcja

Makaron pełnoziarnisty z białym serem , masłem i miodem (279 kcal) 1 porcja

Kompot wieloowocowy 150ml (33 kcal) owsiane ciastka morelowe 1 porcja

ALERGENY 1,4,7,9*

► **Podwieczorek (198kcal)**

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

Kanapki klasyczne z serem żółtym i pomidorem (168 kcal) 1 porcja

ALERGENY 1,7,*

**22.06.2026** (poniedziałek)▶ **Śniadanie (344kcal)**

Chleb żytni (129kcal)	1 kromka (50g)
Pomidor (4kcal)	1/8 sztuki (20g)
Szynka z indyka (17kcal)	1 porcja (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
HERBATA (6kcal)	150ml
Zupa mleczna z płatkami (113 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,10*

▶ **Obiad (439kcal)**

Zupa porowa z ziemniakami 250ml (91 kcal)	1 porcja
Pełnoziarniste spaghetti bolognese 180ml (215 kcal)	1 porcja
Kompot 150g (33 kcal)	1 porcja
OWOC (100kcal)	100g

ALERGENY 1,7,9*

▶ **Podwieczorek (241kcal)**

Serek waniliowo-kokosowy (wyrób własny) (182 kcal)	1 porcja
CIASTKA BISZKOPTOWE (59kcal)	20g

ALERGENY 1,3,7,*

**23.06.2026** (wtorek)▶ **Śniadanie (436kcal)**

Chleb wiejski (51kcal)	1 porcja (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
HERBATA (6kcal)	150ml

Pasta warzywna (167 kcal)	1 porcja
Herbata malinowa (2kcal)	3/4 szklanki (150ml)
Zupa mleczna z grysikiem (135 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

► Obiad (369kcal)

Zupa z żółtego groszku 250ml (74 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem 150g (68 kcal)	1 porcja
Drobiowe pulpety w sosie koperkowym (145 kcal)	1 porcja
Mini marchewki 80g (49 kcal)	1 porcja
Kompot 150ml (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

► Podwieczorek (158kcal)

Wafle ryżowe naturalne Sonko (75kcal)	20g
Galaretkę owocową (83 kcal) , winogrono krojone	1 porcja

ALERGENY 1,7,9*

**24.06.2026 (środa)****► Śniadanie (304kcal)**

Ogórek (3kcal)	1/8 sztuki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb graham (46kcal)	2/3 kromki (20g)
Herbata ziołowa, rumianek (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Pasztet drobiowy (wyrób własny) (178 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,*

► **Obiad (509kcal)**

Zupa pieczarkowa 250ml (173 kcal)	1 porcja
Pierogi ukraińskie 150g (286 kcal)	1 porcja
Kompot wieloowocowy 150ml (33 kcal)	1 porcja
Mus z marchwi (17kcal)	1 porcja (80g)

ALERGENY 1,3,7,9*

► **Podwieczorek (232kcal)**

Herbata malinowa (2kcal)	3/4 szklanki (150ml)
Kanapka z szynką i papryką (230 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,*

**25.06.2026** (czwartek)► **Śniadanie (314kcal)**

Pomidor koktajlowy (3kcal)	1 sztuka (20g)
Ser cheddar (79kcal)	20g
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb graham (122kcal)	1 i 2/3 kromki (50g)
HERBATA Z MLEKIEM (35kcal)	150ml

ALERGENY 1,7,*

► **Obiad (498kcal)**

Rosół drobiowy z makaronem 250ml (73 kcal)	1 porcja
Potrawka z kurczaka 80g (268 kcal)	1 porcja
Surówka z kapusty pekińskiej 80g (56 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem 150g (68 kcal)	1 porcja
Kompot 150ml (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

► **Podwieczorek (71kcal)**

Herbata malinowa (2kcal) 3/4 szklanki (150ml)

Zapiekanka ze szpinakiem i kurczakiem (69 kcal) 1 porcja

ALERGENY 1,3,7,*

**26.06.2026 (piątek)**► **Śniadanie (307kcal)**

Chleb żytni staropolski (185kcal) 1 i 1/3 kromki (80g)

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

Kawa zbożowa, klasyczna - Anatol (6kcal) 3/4 szklanki (150ml)

Serek śmietankowy z ziołami (41kcal) 3/4 łyżki (20g)

ALERGENY 1,3,7,*

► **Obiad (473kcal)**

Zupa jarzynowa z lanym ciastem 250ml (67 kcal) 1 porcja

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

Paluszki rybne z piekarnika 2szt (207 kcal) 1 porcja

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

Kompot wieloowocowy 150ml (33 kcal) 1 porcja

ALERGENY 1,4,7,9*

► **Podwieczorek (236kcal)**

Kakao na mleku (139 kcal) 1 porcja

Bułeczki maślane (84 kcal) 1 porcja

Cząstki jabłka (13 kcal) 1 porcja



ALERGENY 1,3,7,*