

Menu: Dzieci i Młodzież CI dekada 27.09.2026-06.10.2026[27.09.2026-06.10.2026]

I śniadanie				
27.09.2026 Niedziela	28.09.2026 Poniedziałek	29.09.2026 Wtorek	30.09.2026 Środa	01.10.2026 Czwartek
Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 2016 (Dieta ogólna) (mleko, łącznie z laktozą) 250g składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko, łącznie z laktozą), kakao 16% proszek Chleb baltonowski (mąka pszenna, żytnia) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Półdewica sopocka Sokołów (mleko, soja, pszenica, seler korzeniowy, gorczyca) (mleko, łącznie z laktozą, soja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne) 50g Jaja gotowane 2016 (jaja i produkty pochodne) 100g składniki: jaja kurze całe (jaja) (jaja i produkty pochodne) Ogórek 100g	Płatki orkiszowe pełnoziarniste na mleku 2% (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 350g składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko, łącznie z laktozą), płatki orkiszowe pełnoziarniste kupiec (pszenica) (zboża zawierające gluten) Chleb baltonowski (mąka pszenna, żytnia) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Paszтет drobiowy podlaski DROSED (mleko, soja, pszenica) 50g Jogobella 8 zboż ZOTT brzoskwiniowy (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 200g Pomidor 100g Mix sałat 35g Herbata czarna bez cukru 2016 250g składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach	Płatki owsiane na mleku 2% tłuszczu 2016 (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 350g składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko, łącznie z laktozą), płatki owsiane (zboża zawierające gluten) Chleb baltonowski (mąka pszena, żytnia) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Parówki jedyneczki Indykpol Premium (mleko, soja, gorczyca, seler korzeniowy) (mleko, łącznie z laktozą, soja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne) 60g Dżem truskawkowy niskosłodzony 30g Papryka czerwona 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach	Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 250g składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko, łącznie z laktozą), kawa inka (zboża zawierające gluten) Bułki pszenne zwykłe (zboża zawierające gluten) 70g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Paszтет dżidunia Sokołów (mleko, jaja, soja, pszenica, seler korzeniowy, gorczyca) (mleko, łącznie z laktozą, jaja i produkty pochodne, soja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne) 50g Jogurt Naturalny Bakoma 0% (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 150g Płatki owsiane (zboża zawierające gluten) 30g Miód pszczeli 30g Rzodkiewka 100g Roszonka warzywna 35g	Kasza manna na mleku 2% 2016 (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 300g składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko, łącznie z laktozą), kasza manna (pszenica) (zboża zawierające gluten) Bułki grahamki (pszenica) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Serek wiejski naturalny Piatnica (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 200g Dżem wiśniowy niskosłodzony 30g Ogórek 100g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach
obiad				
27.09.2026 Niedziela	28.09.2026 Poniedziałek	29.09.2026 Wtorek	30.09.2026 Środa	01.10.2026 Czwartek
Zupa pomidorowa z ryżem niezabielana (zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne) 400g składniki: woda wodociągowa, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeniowy (seler i produkty pochodne), por, koncentrat pomidorowy 30%, ryż biały, cebula, mąka pszena typ 500 (mąka pszena), pietruszka liście Kotlet schabowy panierowany, smażony (jaja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten) 120g składniki: wieprzowina schab surowy z kością, olej rzepakowy uniwersalny, bułka tarta (pszenica) (zboża zawierające gluten), jaja kurze całe (jaja) (jaja i produkty pochodne), mąka pszena typ 500 (mąka pszena), pieprz czarny mielony Ziemniaki średnie 250g Surówka z kapusty kwaszonej 150g składniki: kapusta kwaszona, jabłko, marchew, cebula, olej rzepakowy uniwersalny, cukier Pomarańcza 200g Chafki (pszenica) (zboża zawierające gluten) 50g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią	Rosół z makaronem (jaja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne) 400g składniki: woda wodociągowa, marchew, kurczak tuszka, makaron dwujajeczny (jaja, pszenica) (jaja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten), pietruszka korzeń, seler korzeniowy (seler i produkty pochodne), por, koper ogrodowy, pietruszka liście Udko z kurczaka duszone 150g składniki: mięso z ud kurczaka ze skórą, czosnek, zioła prowansalskie, papryka czerwona mielona słodka, papryka czerwona mielona ostra, pieprz czarny mielony Ziemniaki średnie 250g Marchew z groszkiem (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 150g składniki: marchew mrożona, groszek zielony mrożony, bułka tarta (pszenica) (zboża zawierające gluten), masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) Musiałk owoce + warzywa - mus jabłko-gruszkadynia (100g) Sokpol - Koncentraty Sp. z o.o. 100g Wafle ryżowe naturalne SONKO 30g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią	Zupa fasolowa (mleko, łącznie z laktozą, soja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne) 350g składniki: ziemniaki średnie, fasola biała nasiona suche, porcja rosółowa z kurczaka, marchew, śmietana 12% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą), pietruszka korzeń, seler korzeniowy (seler i produkty pochodne), por, boczek wędzony morliny (mleko, soja, pszenica, seler korzeniowy, gorczyca) (mleko, łącznie z laktozą, soja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne), mąka pszena typ 500 (mąka pszena), kminek mielony, pieprz czarny mielony, majeranek suszony Pulpety rybne pieczone (ryba, zboża zawierające gluten) 100g składniki: miruna (ryba) (ryba), bułki pszenne zwykłe (zboża zawierające gluten), jaja kurze całe (jaja) (jaja i produkty pochodne), pietruszka liście, sól biała, pieprz czarny mielony Ziemniaki średnie 250g Surówka z kapusty pekińskiej (mleko, łącznie z laktozą, jaja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne) 150g składniki: kapusta pekińska, marchew, jabłko, cebula, olej rzepakowy uniwersalny, musztarda (gorczyca) (gorczyca i produkty pochodne), pieprz czarny mielony, sos sałatkowy cesar knorr (mleko, jaja, pszenica, gorczyca, seler korzeniowy) (mleko, łącznie z laktozą, jaja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne) Melon 100g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią	Zupa cygańska (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 350g składniki: woda wodociągowa, ziemniaki średnie, wloszczyzna krojona w paski mrożona, papryka czerwona, kiełbasa zwyczajna, porcja rosółowa z kurczaka, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą), mąka pszena typ 500 (mąka pszena), koper ogrodowy, pietruszka liście, papryka czerwona mielona słodka, pieprz czarny mielony gulasz mięsny z szynki z warzywami (mleko, łącznie z laktozą, jaja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny) 200g składniki: mieszanika mrożonych warzyw 7 składnikowa (gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler korzeniowy) (mleko, łącznie z laktozą, jaja i produkty pochodne, soja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne, dwutlenek siarki i siarczyny) Kasza gryczana 90g Margaryna MR Słynne (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 3g Surówka z kapusty czerwonej 2016 150g składniki: kapusta czerwona, jabłko, cebula, pieprz ziołowy, olej rzepakowy uniwersalny Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią	Krupnik jęczmienny na mięsie drobiowym (zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne) 400g składniki: marchew, kasza jęczmienna perlowa (zboża zawierające gluten), ziemniaki średnie, pietruszka korzeń, porcja rosółowa z kurczaka, koper ogrodowy, seler korzeniowy (seler i produkty pochodne), cebula, por Filet z piersi kurczaka duszony w ziołach (zboża zawierające gluten) 100g składniki: mięso z piersi kurczaka bez skóry, mąka pszena typ 500 (mąka pszena), cebula, pieprz czarny mielony, tymianek, papryka czerwona mielona słodka, zioła prowansalskie, bazyliia suszona Ziemniaki średnie 250g Warzywa gotowane oprósane (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 170g składniki: marchew, brokuły mrożone, kaliafor mrożony, margaryna mr słynne (mleko) (mleko, łącznie z laktozą), bułka tarta (pszenica) (zboża zawierające gluten) Gruszka 130g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią
kolacja				
27.09.2026 Niedziela	28.09.2026 Poniedziałek	29.09.2026 Wtorek	30.09.2026 Środa	01.10.2026 Czwartek
Chleb baltonowski (mąka pszena, żytnia) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Szynka wiejska 50g	Chleb baltonowski (mąka pszena, żytnia) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Półdewica z piersi kurczaka 50g	Bułki grahamki (pszenica) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Kiełbasa drobiowa 50g	Bułka wieloziarnista (pszenica, żyto) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Schab pieczony z rękawa 60g	Bułka wieloziarnista (pszenica, żyto) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Ogonówka Madej Wróbel (mleko, łącznie z

Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach	Ser twarogowy półtłusty (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 100g Papryka żółta 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach	Ser żółty gouda S (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 30g Papryka zielona 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach	składniki: schab wieprzowy bez kości, czosnek, olej rzepakowy uniwersalny, pieprz czarny mielony, papryka czerwona mielona słodka, papryka czerwona mielona ostra, majeranek suszony, ziola prowansalskie, pieprz ziolowy, liść laurowy Papryka żółta 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach	laktozą, soja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne, orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, nasiona sezamu i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne, łubin i produkty pochodne) 50g Ser żółty gouda S (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 30g Pomidor 100g Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 250g składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko, łącznie z laktozą), kawa inka (zboża zawierające gluten)
--	--	---	--	--

posiłek dodatkowy

27.09.2026 Niedziela	28.09.2026 Poniedziałek	29.09.2026 Wtorek	30.09.2026 Środa	01.10.2026 Czwartek
Jogurt Naturalny Bakoma 0% (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 150g Otręby pszenne 20g	Chleb baltonowski (mąka pszenna, żytnia) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekoviła (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 5g Szyńka z piersi kurczaka 30g	Jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 150g Musli domowe pełnoziarniste 2016 (zboża zawierające gluten, orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne) 30g składniki: płatki kukurydziane, płatki jęczmienne, płatki orkiszowe pełnoziarniste kupiec (pszenica) (zboża zawierające gluten), rodzynki, orzechy włoskie (orzechy (orzech włoski))	Wafle ryżowe naturalne SONKO 30g	Sok pomidorowy 250g

II śniadanie

27.09.2026 Niedziela	28.09.2026 Poniedziałek	29.09.2026 Wtorek		01.10.2026 Czwartek
Melon 100g Wafle ryżowe naturalne SONKO 30g	Pomarańcza 120g	Gruszka 130g Chrupki kukurydziane 25g	Jabłko 150g Chałki (pszenica) (zboża zawierające gluten) 50g	Rogal maślany (mleko, jaja, pszenica) (mleko, łącznie z laktozą, jaja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten) 55g Melon 100g

podwieczorek

27.09.2026 Niedziela	28.09.2026 Poniedziałek	29.09.2026 Wtorek	30.09.2026 Środa	01.10.2026 Czwartek
Śliwki 100g Chrupki kukurydziane 30g	Maliny 150g	Marchew 100g	Kefir 2% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 200g Truskawki 50g	Chrupki kukurydziane 30g Marchew 100g

Wartość energetyczna: 2189,3 kcal Białko: 91,5 g Węglowodany: 279,47 g W tym cukry: 78,35 g Tłuszcze: 85,9 g NNKT: 15,3 g Błonnik: 34,32 g Sól: 5,25 g	Wartość energetyczna: 2395,6 kcal Białko: 119,6 g Węglowodany: 312,62 g W tym cukry: 68,4 g Tłuszcze: 82,4 g NNKT: 16,8 g Błonnik: 37,98 g Sól: 4,95 g	Wartość energetyczna: 2357,4 kcal Białko: 99 g Węglowodany: 316,7 g W tym cukry: 64,03 g Tłuszcze: 86,1 g NNKT: 19,9 g Błonnik: 40,44 g Sól: 4,64 g	Wartość energetyczna: 2398,8 kcal Białko: 90,2 g Węglowodany: 313,86 g W tym cukry: 62,09 g Tłuszcze: 92,4 g NNKT: 19,4 g Błonnik: 25,08 g Sól: 3,84 g	Wartość energetyczna: 2516,6 kcal Białko: 115,8 g Węglowodany: 340,08 g W tym cukry: 67,25 g Tłuszcze: 85,3 g NNKT: 18 g Błonnik: 37,43 g Sól: 4,73 g
---	---	--	---	--

Menu: Dzieci i Młodzież CI dekada 27.09.2026-06.10.2026 [02.10.2026–06.10.2026]

I śniadanie				
02.10.2026 Piątek	03.10.2026 Sobota	04.10.2026 Niedziela	05.10.2026 Poniedziałek	06.10.2026 Wtorek
Płatki jęczmienne na mleku 2% 2016 (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 350g składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko, łącznie z laktozą), płatki jęczmienne Chleb baltonowski (maka pszenna, żytnia) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Jaja gotowane 2016 (jaja i produkty pochodne) 100g składniki: jaja kurze całe (jaja) (jaja i produkty pochodne) Ser twarogowy półtłusty (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 50g Rzodkiewka 100g Miód pszczeli 30g Herbata czarna bez cukru 2016 250g składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach	Ryż na mleku 2% tłuszczu 2016 (mleko, łącznie z laktozą) 350g składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko, łącznie z laktozą), ryż biały Bułka wieloziarnista (pszenica, żyto) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g parówkowa z kurczaka Spizarnia 60g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach	Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 2016 (Dieta ogólna) (mleko, łącznie z laktozą) 250g składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko, łącznie z laktozą), kakao 16% proszek Bułka wieloziarnista (pszenica, żyto) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Ogonówka Madej Wróbel (mleko, łącznie z laktozą, soja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne, orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, nasiona sezamu i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne, tulin i produkty pochodne) 50g Jogobella 8 zbóż ZOTT brzoskwinowy (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 200g Papryka czerwona 100g	Płatki owsiane na mleku 2% tłuszczu 2016 (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 350g składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko, łącznie z laktozą), płatki owsiane (zboża zawierające gluten) Bułka wieloziarnista (pszenica, żyto) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Paszтет drobiowy podlaski DROSED (mleko, soja, pszenica) 50g Ser twarogowy półtłusty (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 50g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach	Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 250g składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko, łącznie z laktozą), kawa inka (zboża zawierające gluten) Bułka wieloziarnista (pszenica, żyto) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Paszтет klasyczny sojowy Sante (seler i produkty pochodne, nasiona sezamu i produkty pochodne) 113g Jaja gotowane 2016 (jaja i produkty pochodne) 50g składniki: jaja kurze całe (jaja) (jaja i produkty pochodne) Ogórek 100g
obiad				
02.10.2026 Piątek	03.10.2026 Sobota	04.10.2026 Niedziela	05.10.2026 Poniedziałek	06.10.2026 Wtorek
Zupa szpinakowa na wywarze drobiowym niezabielana (mleko, łącznie z laktozą, seler i produkty pochodne) 400g składniki: woda wodociągowa, szpinak mrożony, marchew, pietruszka korzeń, porcja rosółowa z kurczaka, ryż biały, śmietana 12% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą), seler korzeniowy (seler i produkty pochodne), cebula, por, koper ogrodowy, pietruszka liście, pieprz czarny mielony Ryba po grecku smażona z duszeniem (ryba) 220g składniki: miruna (ryba) (ryba), marchew, włoszczyzna krojona w paski mrożona, koncentrat pomidorowy 30%, mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna), sól biała, cukier Ziemniaki średnie 250g Mix sałat z jogurtem 58g składniki: mix sałat, jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą), koper ogrodowy, pieprz czarny mielony, sól biała Kiwi 80g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią	Zupa grochowa (mleko, łącznie z laktozą, soja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne) 350g składniki: woda wodociągowa, ziemniaki średnie, seler korzeniowy (seler i produkty pochodne), porcja rosółowa z kurczaka, marchew, groch nasiona suche, pietruszka korzeń, cebula, boczek wędzony morliny (mleko, soja, pszenica, seler korzeniowy, gorczyca) (mleko, łącznie z laktozą, soja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne), por, pieprz czarny mielony Kaszotto duszone z kaszy gryczanej z pieczarkami, papryką i zielonym groszkiem 220g składniki: kasza gryczana, wieprzowina szynka surowa, papryka czerwona, pieczarka uprawna świeża, cebula, groszek zielony, olej rzepakowy uniwersalny, czosnek, pieprz czarny mielony Rzodkiew biała 100g Marchew 50g Jogurt Naturalny Bakoma 0% (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Musiak owocowy - mus jabłko-banan (100g) Sokpol - Koncentraty Sp. z o.o. 100g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią	Zupa pomidorowa z makaronem (mleko, łącznie z laktozą, jaja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne) 400g składniki: woda wodociągowa, marchew, makaron dwujajeczny (jaja, pszenica) (jaja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten), pietruszka korzeń, cebula, seler korzeniowy (seler i produkty pochodne), por, porcja rosółowa z kurczaka, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 12% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą), mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna), pietruszka liście, koper ogrodowy, kukier Schab pieczony z rękawa 120g składniki: schab wieprzowy bez kości, czosnek, olej rzepakowy uniwersalny, pieprz czarny mielony, papryka czerwona mielona słodka, papryka czerwona mielona ostra, majeranek suszony, zioła prowansalskie, pieprz ziołowy, liść laurowy Ziemniaki średnie 250g Buraczki czerwone z jabłkiem 150g składniki: burak, jabłko, cebula, olej rzepakowy uniwersalny, pieprz czarny mielony Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią	Zupa koperkowa z ryżem 2016 (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne) 400g składniki: porcja rosółowa z kurczaka, marchew, ryż biały, koper ogrodowy, por, seler korzeniowy (seler i produkty pochodne), pietruszka korzeń, śmietana 18% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą), mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna), mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko, łącznie z laktozą) Bigos popularny (zboża zawierające gluten) 250g składniki: kapusta biała, wieprzowina topatka, marchew, boczek bez kości, cebula, olej rzepakowy uniwersalny, mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna), koncentrat pomidorowy 30%, pieprz czarny mielony Ziemniaki średnie 250g Melon 100g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią	Barszcz ukraiński (mleko, łącznie z laktozą) 400g składniki: burak, woda wodociągowa, kapusta biała, ziemniaki średnie, marchew, fasola biała nasiona suche, porcja rosółowa z kurczaka, pietruszka korzeń, śmietana 12% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą), koper ogrodowy, pietruszka liście Klopsiki wieprzowe duszone (jaja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten) 80g składniki: wieprzowina szynka surowa, cebula, jaja kurze całe (jaja) (jaja i produkty pochodne), bułki pszenne zwykłe (zboża zawierające gluten), sól biała, pieprz czarny mielony Sos pieczarkowy 2016 (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 20g składniki: pieczarka uprawna świeża, cebula, olej rzepakowy uniwersalny, śmietana 18% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą), mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna), pieprz czarny mielony Kasza jęczmienna perlowa (zboża zawierające gluten) 90g Margaryna MR Styne (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 3g Mix sałat z rzodkiewką i szczypiorkiem z kefirem (mleko, łącznie z laktozą) 76g składniki: mix sałat, rzodkiewka, kefir 2% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą), szczypiorek, pieprz czarny mielony, sól biała Gruszka 130g Wafle ryżowe naturalne SONKO 30g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią
kolacja				
02.10.2026 Piątek	03.10.2026 Sobota	04.10.2026 Niedziela	05.10.2026 Poniedziałek	06.10.2026 Wtorek
Bułki grahamki (pszenica) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 10g sałatka z serem żółtym i warzywami z majonezem (mleko, łącznie z laktozą, jaja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, gorczyca i produkty pochodne) 200g składniki: ser żółty gouda s (mleko) (mleko, łącznie z laktozą), makaron bezajeczny świderki lubella (mąka pszenna) (zboża zawierające gluten), jaja gotowane iżz (jaja) (jaja i produkty pochodne), jabłko, cebula, majonez roleskiego tradycyny firma roleski (jaja, gorczyca) (jaja i produkty pochodne,	Bułki grahamki (pszenica) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Schab pieczony z rękawa 50g składniki: schab wieprzowy bez kości, czosnek, olej rzepakowy uniwersalny, pieprz czarny mielony, papryka czerwona mielona słodka, papryka czerwona mielona ostra, majeranek suszony, zioła prowansalskie, pieprz ziołowy, liść laurowy Jaja gotowane 2016 (jaja i produkty pochodne) 25g składniki: jaja kurze całe (jaja) (jaja i produkty pochodne)	Bułki pszenne zwykłe (zboża zawierające gluten) 70g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Pierś gotowana z indyka Indykpol Premium Bianka (mleko, łącznie z laktozą, jaja i produkty pochodne, soja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, gorczyca i produkty pochodne) 50g Jaja gotowane 2016 (jaja i produkty pochodne) 50g składniki: jaja kurze całe (jaja) (jaja i produkty pochodne) Ogórek 100g	Bułki grahamki (pszenica) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g pašta z ryby z marchewką (ryba) 80g składniki: miruna (ryba) (ryba), marchew, cebula, pietruszka korzeń, olej rzepakowy uniwersalny, pieprz czarny mielony Rzodkiewka 100g Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 250g składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko, łącznie z laktozą), kawa inka (zboża zawierające	Bułki grahamki (pszenica) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 20g Ogonówka Madej Wróbel (mleko, łącznie z laktozą, soja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne, orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, nasiona sezamu i produkty pochodne, gorczyca i produkty pochodne, tulin i produkty pochodne) 50g Ser żółty gouda S (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 30g Pomidor 100g

gorczyca i produkty pochodne), ogórek kwaszony, pieprz czarny mielony Papryka czerwona 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach	Ogórek 100g Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 (mleko, łącznie z laktozą, zboża zawierające gluten) 250g składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko, łącznie z laktozą), kawa inka (zboża zawierające gluten)	Herbata czarna bez cukru 2016 250g składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach	gluten)	Herbata czarna bez cukru 2016 250g składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach
--	--	--	---------	--

posiłek dodatkowy

02.10.2026 Piątek	03.10.2026 Sobota	04.10.2026 Niedziela	05.10.2026 Poniedziałek	06.10.2026 Wtorek
Jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 150g	Chleb baltonowski (mąka pszenna, żytnia) (zboża zawierające gluten) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 5g Pierś gotowana z indyka Indykpol Premium Białka (mleko, łącznie z laktozą, jaja i produkty pochodne, soja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten, gorczyca i produkty pochodne) 30g	Jogurt Naturalny Bakoma 0% (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 150g	Sok pomidorowy 250g	Jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 150g

II śniadanie

02.10.2026 Piątek	03.10.2026 Sobota	04.10.2026 Niedziela	05.10.2026 Poniedziałek	06.10.2026 Wtorek
Biszkopcy okrągłe (jaja, pszenica) (jaja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten) 20g Gruszka 130g	Winogrona 80g Chaki (pszenica) (zboża zawierające gluten) 50g	Jabłko 150g Chrupki kukurydziane 30g	Kefir 2% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 200g Banan 50g	Kisiel o smaku truskawkowym WINIARY po przyrządzeniu w 100 ml (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 25g Woda wodociągowa 175g Pomarańcza 120g

podwieczorek

02.10.2026 Piątek	03.10.2026 Sobota	04.10.2026 Niedziela	05.10.2026 Poniedziałek	06.10.2026 Wtorek
Melon 100g Chrupki kukurydziane 30g	Kefir 2% tłuszczu (mleko) (mleko, łącznie z laktozą) 200g Truskawki 50g Wafle ryżowe naturalne SONKO 30g	Marchew 100g	Musiak owoce + warzywa - mus jabłko-gruszka-dynia (100g) Sokpol - Koncentraty Sp. z o.o. 100g Chrupki kukurydziane 30g	Rogal maślany (mleko, jaja, pszenica) (mleko, łącznie z laktozą, jaja i produkty pochodne, zboża zawierające gluten) 55g Kiwi 80g

Wartość energetyczna: 2342,5 kcal Białko: 100,8 g Węglowodany: 327,09 g W tym cukry: 74,64 g Tłuszcze: 77,9 g NNKT: 20,4 g Błonnik: 35,3 g Sól: 5,41 g	Wartość energetyczna: 2296,9 kcal Białko: 94,7 g Węglowodany: 297,97 g W tym cukry: 59,47 g Tłuszcze: 86,3 g NNKT: 19,2 g Błonnik: 25,3 g Sól: 4,72 g	Wartość energetyczna: 2035,6 kcal Białko: 90,8 g Węglowodany: 260,06 g W tym cukry: 89,04 g Tłuszcze: 75,5 g NNKT: 14,2 g Błonnik: 23,72 g Sól: 3,57 g	Wartość energetyczna: 2405,7 kcal Białko: 97,3 g Węglowodany: 314,52 g W tym cukry: 68,4 g Tłuszcze: 92,1 g NNKT: 21,8 g Błonnik: 35,72 g Sól: 4,34 g	Wartość energetyczna: 2353,7 kcal Białko: 86,5 g Węglowodany: 281,84 g W tym cukry: 65,15 g Tłuszcze: 104,3 g NNKT: 20,9 g Błonnik: 29,36 g Sól: 5,47 g
---	--	---	--	--