

17.10.2026 Sobota	18.10.2026 Niedziela	19.10.2026 Poniedziałek	20.10.2026 Wtorek	21.10.2026 Środa
I śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 2% 2016 350g <small>składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu, płatki jęczmienne</small> Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Połędwica sopocka Sokotów (mleko, soja, pszenica, seler korzeniowy, gorczyca) 50g Ser twarogowy półtłusty (mleko) 70g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> II śniadanie Pomarańcza 120g obiad Zupa z fasoli szparagowej 400g <small>składniki: woda wodociągowa, mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler korzeniowy), fasola szparagowa, ziemniaki średnie, marchew, jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko), pietruszka liście, mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna)</small> Filet z kurczaka duszony w sosie pomidorowym 100g <small>składniki: mięso z piersi kurczaka bez skóry, koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy uniwersalny, przyprawa jarzynka</small> Ryż biały 90g Margaryna MR Słynne (mleko) 3g Warzywa gotowane oprószone 170g <small>składniki: marchew, brokuły mrożone, kalafior mrożony, margaryna mr słynne (mleko), bułka tarta (pszenica)</small> Jabłko 150g Wafle ryżowe naturalne SONKO 30g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g <small>składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbata owocowa aromatyzowana z wiśnią</small> podwieczorek	I śniadanie Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 250g <small>składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu, kakao 16% proszek</small> Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Jaja gotowane 2016 50g <small>składniki: jaja kurze całe (jaja)</small> Ser twarogowy półtłusty (mleko) 70g Pomidor 100g II śniadanie Jabłko 150g obiad Zupa pomidorowa z ryżem niezabielana 400g <small>składniki: woda wodociągowa, marchew, włoszczyzna krojona w paski mrożona, ryż biały, koncentrat pomidorowy 30%, mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna), pietruszka liście</small> Jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko) 20g Bitki wieprzowe duszone 2016 120g <small>składniki: wieprzowina łopatką, mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna), olej rzepakowy uniwersalny</small> Ziemniaki średnie 280g kalafior oprószany 150g <small>składniki: kalafior mrożony, bułka tarta (pszenica), margaryna mr słynne (mleko), sól biała, cukier</small> Grejpfrut 120g Chrupki kukurydziane 25g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g <small>składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbata owocowa aromatyzowana z wiśnią</small> podwieczorek Seler naciowy 100g kolacja Chleb żytni razowy (mąka pszenna,	I śniadanie Kasza manna na mleku 2% 2016 350g <small>składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu, kasza manna (pszenica)</small> Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Pasztet drobiowy podlaski DROSED (mleko, soja, pszenica) 50g Jabłko 150g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> II śniadanie Gruszka 130g Wafle ryżowe naturalne SONKO 30g obiad Zupa ziemniaczana zabelana (dieta łatwostrawna) 400g <small>składniki: woda wodociągowa, mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler korzeniowy), ziemniaki średnie, porcja rosółowa z kurczaka, marchew, jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko), mleko spożywcze 2% tłuszczu, mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna), pietruszka liście, koper ogrodowy</small> Pulpety z mięsa wieprzowego 80g <small>składniki: wieprzowina łopatką, bułki pszenne zwykłe, jaja kurze całe (jaja), przyprawa jarzynka</small> Sos koperkowy 30g <small>składniki: jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko), koper ogrodowy, mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna)</small> Kasza jęczmienna perłowa Kupiec 90g Margaryna MR Słynne (mleko) 3g Surówka z marchwi i jabłek z jogurtem naturalnym 150g <small>składniki: marchew, jabłko, jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko)</small> Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g <small>składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbata owocowa aromatyzowana z wiśnią</small>	I śniadanie Płatki jaglane na mleku 2% 2016 350g <small>składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu, płatki jaglane</small> Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Parówki jedyneczki Indykpol Premium (mleko, soja, gorczyca, seler korzeniowy) 60g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> II śniadanie Maślanka Mrągowska naturalna Mlekpól (mleko) 250g obiad Rosół z makaronem 350g <small>składniki: woda wodociągowa, marchew, kurczak tuszka, makaron dwujajeczny (jaja, pszenica), pietruszka korzeń, koper ogrodowy, pietruszka liście, sól biała</small> Udko z kurczaka gotowane 2016 150g <small>składniki: mięso z ud kurczaka ze skórą, papryka czerwona mielona słodka, papryka czerwona mielona ostra, pieprz czarny mielony</small> Ziemniaki średnie 280g surówka mix sałat z olejem 45g <small>składniki: mix sałat, olej rzepakowy uniwersalny</small> Pomarańcza 100g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g <small>składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbata owocowa aromatyzowana z wiśnią</small> podwieczorek Marchew 100g kolacja Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g	I śniadanie Makaron na mleku 2% 2016 350g <small>składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu, makaron bezjajeczny (mąka pszenna)</small> Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Jaja gotowane 2016 100g <small>składniki: jaja kurze całe (jaja)</small> Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> II śniadanie Pomarańcza 120g Wafle ryżowe naturalne SONKO 30g obiad Zupa jarzynowa bezmleczna 2016 400g <small>składniki: ziemniaki średnie, kalafior, pomidor, marchew, fasola szparagowa, kapusta biała, por, seler korzeniowy, pietruszka korzeń, mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna), pietruszka liście</small> pieczeń rzymska 100g <small>składniki: wieprzowina szynka surowa, bułki pszenne zwykłe, jaja kurze całe (jaja), bułka tarta (pszenica), sól biała</small> Sos pomidorowy 20g <small>składniki: koncentrat pomidorowy 30%, olej rzepakowy uniwersalny, mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna), cukier, sól biała, bazylia suszona</small> Kasza jęczmienna perłowa 90g Margaryna MR Słynne (mleko) 3g Marchew oprószana 150g <small>składniki: marchew, bułka tarta (pszenica), margaryna mr słynne (mleko)</small> Gruszka 130g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g <small>składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbata owocowa aromatyzowana z wiśnią</small>

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

17.10.2026 Sobota	18.10.2026 Niedziela	19.10.2026 Poniedziałek	20.10.2026 Wtorek	21.10.2026 Środa
Chrupki kukurydziane 30g kolacja Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Pierś gotowana z indyka Indykpol Premium Bianka 60g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> posiłek dodatkowy Jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko) 150g Płatki owsiane 30g	żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Ogonówka Madej Wróbel 50g Ser żółty gouda S (mleko) 30g Pomidor 100g Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 250g <small>składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu, kawa inka</small> posiłek dodatkowy Sok pomidorowy 250g	podwieczorek Chrupki kukurydziane 30g Mandarynki 130g kolacja Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Szynka konserwowa drobiowa Morliny (mleko, soja, pszenica, seler korzeniowy, gorczyca) 60g Ser twarogowy półtłusty (mleko) 100g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> posiłek dodatkowy Wafle ryżowe naturalne SONKO 30g	Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g pasta z ryby z marchewką (Dieta łatwostrawna) 160g <small>składniki: miruna (ryba), marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy uniwersalny, sól biała</small> Kefir 2% tłuszczu (mleko) 250g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> posiłek dodatkowy Chrupki kukurydziane 30g	podwieczorek Seler naciowy 100g kolacja Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Szynka gotowana Morliny (mleko, soja, pszenica, seler korzeniowy, gorczyca) 50g Ser żółty gouda S (mleko) 30g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> posiłek dodatkowy Jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko) 150g Płatki owsiane 30g
Wartość energetyczna: 2185 kcal Białko: 99,1g Węglowodany: 343,5g W tym cukry: 51,8g Tłuszcze: 53,5g NNKT: 13,4g Błonnik: 33,66g Sól: 6,67g	Wartość energetyczna: 2171,8 kcal Białko: 95g Węglowodany: 269,89g W tym cukry: 62,41g Tłuszcze: 86,3g NNKT: 25,6g Błonnik: 32,59g Sól: 5,55g	Wartość energetyczna: 2289,7 kcal Białko: 87,3g Węglowodany: 352,4g W tym cukry: 62,16g Tłuszcze: 65,1g NNKT: 16,2g Błonnik: 27,78g Sól: 5,34g	Wartość energetyczna: 2247 kcal Białko: 107,2g Węglowodany: 285,65g W tym cukry: 53,76g Tłuszcze: 80,9g NNKT: 19,3g Błonnik: 26,41g Sól: 5,08g	Wartość energetyczna: 2451,8 kcal Białko: 96,7g Węglowodany: 357,44g W tym cukry: 50,74g Tłuszcze: 79,2g NNKT: 23,2g Błonnik: 39g Sól: 5,82g

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

22.10.2026 Czwartek	23.10.2026 Piątek	24.10.2026 Sobota	25.10.2026 Niedziela	26.10.2026 Poniedziałek
I śniadanie Płatki orkiszowe pełnoziarniste na mleku 2% 350g <small>składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu, płatki orkiszowe pełnoziarniste kupiec (pszenica)</small> Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Paszтет drobiowy podlaski DROSED (mleko, soja, pszenica) 50g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> II śniadanie Kefir 2% tłuszczu (mleko) 250g obiad Zupa brokułowa z ziemniakami 400g <small>składniki: woda wodociągowa, brokuły, marchew, ziemniaki średnie, włoszczyzna krojona w paski mrożona, porcja rosółowa z kurczaka, jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko)</small> Szynka w sosie własnym 120g <small>składniki: wieprzowina szynka surowa, olej rzepakowy uniwersalny, przyprawa jarzynka</small> Ziemniaki średnie 280g Buraczki czerwone z jabłkiem 150g <small>składniki: burak, jabłko, olej rzepakowy uniwersalny</small> Grejpfrut 120g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g <small>składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbata owocowa aromatyzowana z wiśnią</small> podwieczorek Jabłko 150g kolacja Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g	I śniadanie Płatki jaglane na mleku 2% 2016 350g <small>składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu, płatki jaglane</small> Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Ser twarogowy półtłusty (mleko) 70g Pomidor 100g Mix sałat 35g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> II śniadanie Budyń śmietankowy Winiary (mleko) 25g Mleko spożywcze 2% tłuszczu 175g Mandarynki 65g obiad Zupa kalafiorowa z makaronem 400g <small>składniki: woda wodociągowa, kalafior, marchew, makaron pełnoziarnisty bezjajeczny s (pszenica), porcja rosółowa z kurczaka, pietruszka korzeń, jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko), mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna)</small> Ryba z pieca 120g <small>składniki: miruna (ryba), cytryna, sól biała</small> Ziemniaki średnie 280g Mieszanka warzywna duszona oprószana 150g <small>składniki: mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler korzeniowy), bułka tarta (pszenica), margaryna mr słynne (mleko)</small> Pomarańcza 100g Wafle ryżowe naturalne SONKO 30g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g <small>składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbata owocowa aromatyzowana z wiśnią</small> podwieczorek	I śniadanie Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 250g <small>składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu, kakao 16% proszek</small> Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Pierś gotowana z indyka Indykpol Premium Bianka 50g Pomidor 100g II śniadanie Seler naciowy 100g Woda do picia 100g Jabłko 50g obiad Zupa ziemniaczana zabelana (dieta łatwostrawna) 400g <small>składniki: woda wodociągowa, mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler korzeniowy), ziemniaki średnie, porcja rosółowa z kurczaka, marchew, jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko), mleko spożywcze 2% tłuszczu, mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna), pietruszka liście, koper ogrodowy</small> Spaghetti z mięsa wieprzowego 220g <small>składniki: makaron bezjajeczny (mąka pszenna), wieprzowina szynka surowa, marchew, koncentrat pomidorowy 30%, przyprawa jarzynka, bazylia suszona</small> Gruszka 130g Jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko) 150g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g <small>składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbata owocowa aromatyzowana z wiśnią</small> podwieczorek Grejpfrut 120g Chrupki kukurydżiane 25g kolacja Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g	I śniadanie Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 250g <small>składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu, kakao 16% proszek</small> Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g parówkowa z kurczaka Spizarnia 70g Ser twarogowy półtłusty (mleko) 50g Pomidor 100g II śniadanie Jabłko 150g obiad Rosół z makaronem 400g <small>składniki: woda wodociągowa, marchew, kurczak tuszka, makaron dwujajeczny (jaja, pszenica), pietruszka korzeń, koper ogrodowy, pietruszka liście, sól biała</small> Pulpety rybne (Dieta łatwostrawna) 100g <small>składniki: miruna (ryba), bułki pszenne zwykłe, jaja kurze całe (jaja), pietruszka liście, sól biała</small> Ziemniaki średnie 280g Fasolka szparagowa oprószana 150g <small>składniki: fasolka szparagowa mrożona, bułka tarta (pszenica), margaryna mr słynne (mleko), sól biała, cukier</small> Wafle ryżowe naturalne SONKO 30g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g <small>składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbata owocowa aromatyzowana z wiśnią</small> podwieczorek Chrupki kukurydżiane 30g kolacja Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g	I śniadanie Płatki orkiszowe pełnoziarniste na mleku 2% 350g <small>składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu, płatki orkiszowe pełnoziarniste kupiec (pszenica)</small> Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Parówki jedynećki Indykpol Premium (mleko, soja, gorczyca, seler korzeniowy) 60g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> II śniadanie Mandarynki 130g Chrupki kukurydżiane 25g obiad Zupa koperkowa z ryżem 400g <small>składniki: woda wodociągowa, marchew, mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler korzeniowy), ryż biały, porcja rosółowa z kurczaka, koper ogrodowy, jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko), mąka pszenna typ 500 (mąka pszenna), mleko spożywcze 2% tłuszczu, pietruszka liście</small> Schab duszony 120g <small>składniki: schab wieprzowy bez kości, olej rzepakowy uniwersalny, bazylia suszona, majeranek suszony, sól biała</small> Ziemniaki średnie 280g surówka mix sałat z olejem 42g <small>składniki: mix sałat, olej rzepakowy uniwersalny</small> Jabłko 150g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym (wiśnia) b/cukru 250g <small>składniki: woda wodociągowa, jabłko, herbata owocowa aromatyzowana z wiśnią</small> podwieczorek Marchew 100g kolacja

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

22.10.2026 Czwartek	23.10.2026 Piątek	24.10.2026 Sobota	25.10.2026 Niedziela	26.10.2026 Poniedziałek
Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Szynkówka wieprzowa 50g Ser twarogowy półtłusty (mleko) 100g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> posiłek dodatkowy Chrupki kukurydziane 30g	Marchew 100g kolacja Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Pasta z jaja (łatwostrawna) 120g <small>składniki: jaja kurze całe (jaja), margaryna mr słynne (mleko), sól biała</small> Jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko) 150g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> posiłek dodatkowy Sok pomidorowy 250g	Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Ogonówka Madej Wróbel 60g Ser twarogowy półtłusty (mleko) 50g Pomidor 100g Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 250g <small>składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu, kawa inka</small> posiłek dodatkowy Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 5g Szynka z piersi kurczaka 30g	Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Połędwica sopocka Sokołów (mleko, soja, pszenica, seler korzeniowy, gorczyca) 50g Jaja gotowane 2016 50g <small>składniki: jaja kurze całe (jaja)</small> Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> posiłek dodatkowy Jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko) 150g Płatki owsiane 30g	Chleb żytni razowy (mąka pszenna, żytnia) 50g Chleb wieloziarnisty (pszenica, żyto) 50g Masło polskie Mlekovita (mleko) 10g Pasta z wędliny 80g <small>składniki: szynka delikatesowa z kurczaka, jaja kurze całe (jaja), margaryna mr słynne (mleko)</small> Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 250g <small>składniki: woda wodociągowa, herbata saga czarna w torebkach</small> posiłek dodatkowy Jogurt naturalny 2% tłuszczu (mleko) 150g Płatki owsiane 30g
Wartość energetyczna: 2252,4 kcal Białko: 97,6g Węglowodany: 280,24g W tym cukry: 63,93g Tłuszcze: 89,6g NNKT: 22,5g Błonnik: 33,12g Sól: 5,31g	Wartość energetyczna: 2174,2 kcal Białko: 103,5g Węglowodany: 301,56g W tym cukry: 62,6g Tłuszcze: 68,5g NNKT: 19,9g Błonnik: 31,82g Sól: 6,15g	Wartość energetyczna: 2102,5 kcal Białko: 100g Węglowodany: 291,4g W tym cukry: 59,96g Tłuszcze: 65,9g NNKT: 16,6g Błonnik: 28,6g Sól: 6,03g	Wartość energetyczna: 2132,4 kcal Białko: 101,8g Węglowodany: 303,2g W tym cukry: 51,06g Tłuszcze: 63,2g NNKT: 16,3g Błonnik: 28,67g Sól: 6,41g	Wartość energetyczna: 2169,5 kcal Białko: 90,9g Węglowodany: 298,17g W tym cukry: 52,05g Tłuszcze: 75,5g NNKT: 18,1g Błonnik: 33,46g Sól: 5,09g

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.