Menu: Dieta łatwostrawna CXIII dekada 16.11.2026-25.11.2026[16.11.2026–25.11.2026]

16.11.2026 Poniedziałek	17.11.2026 Wtorek	18.11.2026 Środa	19.11.2026 Czwartek	20.11.2026 Piątek
I śniadanie Makaron na mleku 2% 2016 350g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 90%, Makaron bezjajeczny (mąka **pszenna**) 10% Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Parówki jedyneczki Indykpol Premium (**mleko, soja, gorczyca, seler** korzeniowy) 60g [składniki: mięso z indyka 81%, woda, tłuszcz indyczy, sól, skrobia ziemniaczana, przyprawy, ekstrakty przypraw (w tym: seler), aromaty, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu] Miód pszczeli 30g Pomidor 100g Jogurt wiśniowy 1.5% tłuszczu (**mleko**) 150g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**I śniadanie** Płatki jaglane na mleku 2% 2016 350g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 87%, Płatki jaglane 13% Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Ser twarogowy półtłusty (**mleko**) 100g Jaja gotowane 2016 50g składniki: Jaja kurze całe (**jaja**) 100% Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**I śniadanie** Płatki owsiane na mleku 2% tłuszczu 2016 350g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 87%, Płatki **owsiane** 13% Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Polędwica sopocka 60g Miód pszczeli 30g Jabłko 150g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**I śniadanie** Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 240g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% Cukier 10g Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Pierś gotowana z indyka Indykpol Premium Bianka 50g Jaja gotowane 2016 50g składniki: Jaja kurze całe (**jaja**) 100% Dżem wiśniowy niskosłodzony 50g Pomidor 100g Sałata 35g	**I śniadanie** Kasza manna na mleku 2% 2016 350g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 90%, Kasza manna (**pszenica**) 10% Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Ser twarogowy półtłusty (**mleko**) 70g Miód pszczeli 30g Jabłko 150g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g
obiad Zupa pomidorowa z ryżem niezabielana 400g składniki: Woda wodociągowa 69%, Marchew 13%, Włoszczyzna krojona w paski mrożona 11%, Ryż biały 5%, Koncentrat pomidorowy 30% 1%, Mąka pszenna typ 500 (mąka **pszenna**), Pietruszka liście Schab pieczony z rękawa 130g składniki: Schab wieprzowy bez kości 93%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%, Przyprawa Jarzynka 1%, Zioła prowansalskie 1%, Majeranek suszony 1% Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (**gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler** korzeniowy) 80g [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: marchew, kalafior, fasola szparagowa, groch zielony, pietruszka, por, seler] Ziemniaki średnie 280g surówka mix sałat 42g składniki: Mix sałat 83% [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: roszponka, radichio rosso, indivia frisee], Olej rzepakowy uniwersalny 17% Musiak owocowy - mus jabłko-banan-truskawka (100g) Sokpol - Koncentraty Sp. z o.o. 100g	**obiad** Zupa brokułowa z ziemniakami 2016 (Ogólna 02.11.-11.11.23) 400g składniki: Woda wodociągowa 43%, Brokuły 18%, Marchew 13%, Ziemniaki średnie 13%, Włoszczyzna krojona w paski mrożona 8%, Porcja rosołowa z kurczaka 4%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 4% Pulpety z mięsa wieprzowego z ryżem 100g składniki: Wieprzowina łopatka 62%, Bułki **pszenne** zwykłe 16%, Ryż biały 16%, Jaja kurze całe (**jaja**) 6%, Sól biała Ziemniaki średnie 280g Surówka z marchwi i jabłek 150g składniki: Marchew 52%, Jabłko 33%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 13%, Cukier 1% Pomarańcza 200g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym 250g składniki: Woda wodociągowa 79%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią 1% [składniki: kwiat hibiskusa, owoce: jabłka, wiśni *(nie mniej niż 16%)* aronii, dzikiej róży, jarzębiny, bzu czarnego, porzeczki czerwonej, aromat.]	**obiad** Zupa z fasoli szparagowej 400g składniki: Woda wodociągowa 61%, Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (**gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler** korzeniowy) 12% [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: marchew, kalafior, fasola szparagowa, groch zielony, pietruszka, por, seler], Fasola szparagowa 11%, Ziemniaki średnie 11%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 2%, Marchew 2%, Pietruszka liście, Mąka pszenna typ 500 (mąka **pszenna**) Makaron z truskawkami i jogurtem naturalnym 250g składniki: Truskawki 44%, Makaron bezjajeczny (mąka **pszenna**) 33%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 18%, Cukier 4%, Margaryna MR Słynne (**mleko**) 1%, Cukier wanilinowy Dr Oetker (**mleko**) Musiak owocowy - mus jabłko-banan-truskawka (100g) Sokpol - Koncentraty Sp. z o.o. 100g [składniki: **mus jabłko banan truskawka częściowo z soku zagęszczonego. wzbogacony w witaminę c. produkt pasteryzowany. bez dodatku cukru - zawiera naturalnie występujące cukry. składniki**: przecier jabłkowy (40%), przecier bananowy (39,9%), przecier truskawkowy (15%), sok jabłkowy z zagęszczonego soku jabłkowego (5%), witamina c (kwas l-askorbinowy).] Ciasto drożdżowe (**mleko, pszenica**) 50g Kompot ze świeżych jabłek z suszem	**obiad** Zupa ziemniaczana zabielana 400g składniki: Woda wodociągowa 63%, Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (**gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler** korzeniowy) 13% [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: marchew, kalafior, fasola szparagowa, groch zielony, pietruszka, por, seler], Ziemniaki średnie 13%, Porcja rosołowa z kurczaka 5%, Marchew 3%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 3%, **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 1%, Mąka pszenna typ 500 (mąka **pszenna**) 1%, Pietruszka liście 1%, Koper ogrodowy 1% gulasz mięsny z warzywami 240g składniki: Wieprzowina szynka surowa 33%, Marchew 22%, Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (**gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler** korzeniowy) 22% [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: marchew, kalafior, fasola szparagowa, groch zielony, pietruszka, por, seler], Brokuły mrożone 22%, Sól biała Kasza **jęczmienna** perłowa 90g Margaryna MR Słynne (**mleko**) 3g Marchew z kalafiorem oprószana 150g składniki: Marchew 59%, Kalafior mrożony 29%, Bułka tarta (**pszenica**) 6%, Margaryna MR Słynne (**mleko**) 6% Kefir 2% tłuszczu (**mleko**) 250g Mandarynki 130g	**obiad** Krupnik jęczmienny na mięsie drobiowym 350g składniki: Marchew 25%, Kasza **jęczmienna** perłowa 19%, Ziemniaki średnie 19%, Pietruszka korzeń 12%, Porcja rosołowa z kurczaka 12%, Koper ogrodowy 6%, **Seler** korzeniowy 3%, Cebula 2%, Por 2% Ryba po grecku 200g składniki: Miruna (**ryba**) 48%, Pomidor 29%, Marchew 12%, Pietruszka korzeń 5%, **Seler** korzeniowy 5%, Cytryna 1%, Majeranek suszony, Sól biała Ziemniaki średnie 280g Sałata zielona z sosem jogurtowym 56g składniki: Sałata 63%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 36%, Koper ogrodowy 2% Pomarańcza 120g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym 250g składniki: Woda wodociągowa 79%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią 1% [składniki: kwiat hibiskusa, owoce: jabłka, wiśni *(nie mniej niż 16%)* aronii, dzikiej róży, jarzębiny, bzu czarnego, porzeczki czerwonej, aromat.]

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.

16.11.2026 Poniedziałek	17.11.2026 Wtorek	18.11.2026 Środa	19.11.2026 Czwartek	20.11.2026 Piątek
[składniki: **mus jabłko banan truskawka częściowo z soku zagęszczonego. wzbogacony w witaminę c. produkt pasteryzowany. bez dodatku cukru - zawiera naturalnie występujące cukry. składniki**: przecier jabłkowy (40%), przecier bananowy (39,9%), przecier truskawkowy (15%), sok jabłkowy z zagęszczonego soku jabłkowego (5%), witamina c (kwas l-askorbinowy).] Chałki (**pszenica**) 50g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym 250g składniki: Woda wodociągowa 79%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią 1% [składniki: kwiat hibiskusa, owoce: jabłka, wiśni *(nie mniej niż 16%)* aronii, dzikiej róży, jarzębiny, bzu czarnego, porzeczki czerwonej, aromat.]		owocowym 250g składniki: Woda wodociągowa 79%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią 1% [składniki: kwiat hibiskusa, owoce: jabłka, wiśni *(nie mniej niż 16%)* aronii, dzikiej róży, jarzębiny, bzu czarnego, porzeczki czerwonej, aromat.]	Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym 250g składniki: Woda wodociągowa 79%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią 1% [składniki: kwiat hibiskusa, owoce: jabłka, wiśni *(nie mniej niż 16%)* aronii, dzikiej róży, jarzębiny, bzu czarnego, porzeczki czerwonej, aromat.]	
kolacja Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Pierś gotowana z indyka Indykpol Premium Bianka 50g Pomidor 100g Kefir 2% tłuszczu (**mleko**) 250g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**kolacja** Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 125g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Szynka konserwowa drobiowa Morliny (**mleko, soja, pszenica, seler** korzeniowy, **gorczyca**) 60g Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 150g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**kolacja** Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g pasta z ryby z marchewką 100g składniki: Miruna (**ryba**) 58%, Marchew 29%, Pietruszka korzeń 7%, Olej rzepakowy uniwersalny 5%, Sól biała Ser twarogowy półtłusty (**mleko**) 50g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**kolacja** Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Parówki jedyneczki Indykpol Premium (**mleko, soja, gorczyca, seler** korzeniowy) 60g [składniki: mięso z indyka 81%, woda, tłuszcz indyczy, sól, skrobia ziemniaczana, przyprawy, ekstrakty przypraw (w tym: seler), aromaty, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, substancja konserwująca: azotyn sodu] Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**kolacja** Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Pasta z jaja 111g składniki: Jaja kurze całe (**jaja**) 90%, Margaryna MR Słynne (**mleko**) 9%, Sól biała Pomidor 100g Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 240g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% Cukier 10g
posiłek dodatkowy Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 50g Margaryna MR Słynne (**mleko**) 5g Pierś gotowana z indyka Indykpol Premium Bianka 30g	**posiłek dodatkowy** Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 50g Margaryna MR Słynne (**mleko**) 5g Szynka konserwowa drobiowa Morliny (**mleko, soja, pszenica, seler** korzeniowy, **gorczyca**) 30g	**posiłek dodatkowy** Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 50g Margaryna MR Słynne (**mleko**) 5g Szynka konserwowa drobiowa Morliny (**mleko, soja, pszenica, seler** korzeniowy, **gorczyca**) 30g	**posiłek dodatkowy** Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 150g Płatki **owsiane** 30g	**posiłek dodatkowy** Chrupki kukurydziane 25g
Wartość energetyczna: 2282,5 kcal Białko: 90g Węglowodany: 335,78g W tym cukry: 79,17g Tłuszcze: 68,7g NNKT: 18,3g Błonnik: 19,57g Sól: 6,29g	Wartość energetyczna: 2328,3 kcal Białko: 98,1g Węglowodany: 355,64g W tym cukry: 99,02g Tłuszcze: 62,9g NNKT: 18,4g Błonnik: 26,69g Sól: 6,33g	Wartość energetyczna: 2132,6 kcal Białko: 78,1g Węglowodany: 347,06g W tym cukry: 90,17g Tłuszcze: 53g NNKT: 13,1g Błonnik: 22,85g Sól: 4,56g	Wartość energetyczna: 2126,4g kcal Białko: 84,3g Węglowodany: 292,9g W tym cukry: 91,6g Tłuszcze: 74,3g NNKT: 22,6g Błonnik: 25,97g Sól: 5,22g	Wartość energetyczna: 2247,1 kcal Białko: 93,2g Węglowodany: 357,64g W tym cukry: 77,95g Tłuszcze: 56,4g NNKT: 16g Błonnik: 32,1g Sól: 3,62g

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.

Menu: Dieta łatwostrawna CXIII dekada 16.11.2026-25.11.2026 [21.11.2026–25.11.2026]

21.11.2026 Sobota	22.11.2026 Niedziela	23.11.2026 Poniedziałek	24.11.2026 Wtorek	25.11.2026 Środa
I śniadanie Płatki orkiszowe pełnoziarniste na mleku 2% 350g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 86%, Płatki orkiszowe pełnoziarniste KUPIEC (**pszenica**) 14% [składniki: płatki orkiszowe 100%] Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Szynka gotowana Morliny (**mleko, soja, pszenica, seler** korzeniowy, **gorczyca**) 50g Ser twarogowy półtłusty (**mleko**) 70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**I śniadanie** Kakao naturalne na mleku 2% bez cukru 240g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kakao 16% proszek 2% Cukier 10g Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Szynka konserwowa drobiowa Morliny (**mleko, soja, pszenica, seler** korzeniowy, **gorczyca**) 50g Jabłko 150g Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 150g Płatki **owsiane** 30g	**I śniadanie** Płatki jęczmienne na mleku 2% 2016 350g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 86%, Płatki **jęczmienne** 14% Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Jaja gotowane 2016 100g składniki: Jaja kurze całe (**jaja**) 100% Ser twarogowy półtłusty (**mleko**) 50g Dżem truskawkowy niskosłodzony 50g Pomidor 100g Mix sałat 35g [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: roszponka, radichio rosso, indivia frisee] Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**I śniadanie** Płatki owsiane na mleku 2% tłuszczu 2016 350g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 87%, Płatki **owsiane** 13% Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Pierś gotowana z indyka Indykpol Premium Bianka 50g Serek wiejski naturalny Łaciaty (**mleko**) 200g Jabłko 150g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**I śniadanie** Ryż na mleku 2% tłuszczu 2016 350g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 90%, Ryż biały 10% Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Polędwica sopocka Morliny (**mleko, soja, pszenica, seler** korzeniowy, **gorczyca**) 50g Jabłko 150g Jogurt truskawkowy 1.5% tłuszczu (**mleko**) 150g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g
obiad Barszcz czerwony niezabielany z ziemniakami 400g składniki: Ziemniaki średnie 59%, Burak 21%, Marchew 9%, Porcja rosołowa z kurczaka 6%, Por 3%, Cytryna 1%, Koper ogrodowy, Pieprz czarny mielony Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 20g Filet z kurczaka duszony w sosie pomidorowym 100g składniki: Mięso z piersi kurczaka bez skóry 88%, Koncentrat pomidorowy 30% 9%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Przyprawa Jarzynka 1% Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (**gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler** korzeniowy) 50g [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: marchew, kalafior, fasola szparagowa, groch zielony, pietruszka, por, seler] Ryż biały 90g Margaryna MR Słynne (**mleko**) 3g Brokuł oprószany 150g składniki: Brokuły mrożone 86%, Bułka tarta (**pszenica**)	**obiad** Zupa jarzynowa z ryżem 400g składniki: Porcja rosołowa z kurczaka 30%, Marchew 16%, Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (**gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler** korzeniowy) 14% [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: marchew, kalafior, fasola szparagowa, groch zielony, pietruszka, por, seler], Kalafior mrożony 12%, Brokuły mrożone 8%, Ryż biały 5%, **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 4%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 4%, Pietruszka liście 3%, Koper ogrodowy 3% pieczeń rzymska 100g składniki: Wieprzowina szynka surowa 67%, Bułki **pszenne** zwykłe 13%, Jaja kurze całe (**jaja**) 10%, Bułka tarta (**pszenica**) 10%, Sól biała Sos koperkowy 20g składniki: Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 44%, Koper ogrodowy 28%, Mąka pszenna typ 500 (mąka **pszenna**) 28% Ziemniaki średnie 280g Pomidor 120g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym 250g składniki: Woda wodociągowa 79%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią 1% [składniki: kwiat hibiskusa, owoce: jabłka, wiśni *(nie mniej niż 16%)* aronii, dzikiej róży, jarzębiny, bzu	**obiad** Rosół z makaronem 400g składniki: Woda wodociągowa 67%, Marchew 10%, Porcja rosołowa z kurczaka 8%, Makaron dwujajeczny (**jaja, pszenica**) 8%, Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (**gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler** korzeniowy) 8% [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: marchew, kalafior, fasola szparagowa, groch zielony, pietruszka, por, seler], Pietruszka liście 1%, Koper ogrodowy 1% Risotto z mięsem i warzywami 220g składniki: Wieprzowina łopatka 30%, Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (**gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler** korzeniowy) 25% [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: marchew, kalafior, fasola szparagowa, groch zielony, pietruszka, por, seler], Ryż biały 25%, Marchew 14%, **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 4%, Olej rzepakowy uniwersalny 3% Sos pomidorowy 30g składniki: Koncentrat pomidorowy 30% 75%, Olej rzepakowy uniwersalny 13%, Mąka pszenna typ 500 (mąka **pszenna**) 10%, Cukier 2%, Sól biała, Bazylia suszona kalafior oprószany 150g składniki: Kalafior mrożony 86%, Bułka tarta (**pszenica**) 7%, Margaryna MR Słynne (**mleko**) 7%, Sól biała, Cukier Pomarańcza 200g Kompot ze świeżych jabłek z suszem	**obiad** Zupa koperkowa z ryżem 400g składniki: Woda wodociągowa 59%, Marchew 13%, Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (**gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler** korzeniowy) 13% [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: marchew, kalafior, fasola szparagowa, groch zielony, pietruszka, por, seler], Ryż biały 8%, Porcja rosołowa z kurczaka 5%, Koper ogrodowy 1%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 1%, Mąka pszenna typ 500 (mąka **pszenna**) 1%, **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 1%, Pietruszka liście 1% Pulpety rybne 100g składniki: Miruna (**ryba**) 77%, Bułki **pszenne** zwykłe 15%, Jaja kurze całe (**jaja**) 6%, Pietruszka liście 1%, Sól biała Ziemniaki średnie 280g Fasolka szparagowa oprószana 150g składniki: Fasolka szparagowa mrożona 86%, Bułka tarta (**pszenica**) 7%, Margaryna MR Słynne (**mleko**) 7%, Sól biała, Cukier Drożdżówka z dżemem (**mleko, jaja, pszenica)** 100g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym 250g składniki: Woda wodociągowa 79%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią 1% [składniki: kwiat hibiskusa, owoce: jabłka, wiśni *(nie*	**obiad** zupa owocowa z makaronem 400g składniki: Woda wodociągowa 54%, Mieszanka owocowa mrożona 13%, Jabłko 13%, Makaron dwujajeczny (**jaja, pszenica**) 10%, Śmietana 12% tłuszczu (**mleko**) 4%, Skrobia ziemniaczana (**pszenica**) 3%, Cukier 3%, Kisiel truskawkowy GELLWE 1%, Galaretka o smaku truskawkowym po przyrządzeniu w 100g gotowego deseru WINIARY 1% Szynka w sosie własnym 120g składniki: Wieprzowina szynka surowa 93%, Olej rzepakowy uniwersalny 6%, Przyprawa Jarzynka 1% Ziemniaki średnie 280g surówka mix sałat z koperkiem 47g składniki: Mix sałat 74% [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: roszponka, radichio rosso, indivia frisee], Kefir 2% tłuszczu (**mleko**) 21%, Koper ogrodowy 4% Pomarańcza 200g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym 250g składniki: Woda wodociągowa 79%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią 1% [składniki: kwiat hibiskusa, owoce: jabłka, wiśni *(nie mniej niż 16%)* aronii, dzikiej róży, jarzębiny, bzu czarnego, porzeczki czerwonej, aromat.]

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.

21.11.2026 Sobota	22.11.2026 Niedziela	23.11.2026 Poniedziałek	24.11.2026 Wtorek	25.11.2026 Środa
7%, Margaryna MR Słynne (**mleko**) 7%, Pieprz czarny mielony 1%, Sól biała, Cukier Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym 250g składniki: Woda wodociągowa 79%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią 1% [składniki: kwiat hibiskusa, owoce: jabłka, wiśni *(nie mniej niż 16%)* aronii, dzikiej róży, jarzębiny, bzu czarnego, porzeczki czerwonej, aromat.]	czarnego, porzeczki czerwonej, aromat.]	owocowym 250g składniki: Woda wodociągowa 79%, Jabłko 16%, Cukier 4%, Herbatka owocowa aromatyzowana z wiśnią 1% [składniki: kwiat hibiskusa, owoce: jabłka, wiśni *(nie mniej niż 16%)* aronii, dzikiej róży, jarzębiny, bzu czarnego, porzeczki czerwonej, aromat.]	*mniej niż 16%)* aronii, dzikiej róży, jarzębiny, bzu czarnego, porzeczki czerwonej, aromat.]	
kolacja Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Ogonówka Madej Wróbel 50g Kefir 2% tłuszczu (**mleko**) 250g Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**kolacja** Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Duda schab pieczony z majerankiem 50g [składniki: schab wieprzowy z dodatkiem wody wędzony, parzony, pieczony. składniki: schab wieprzowy 72%, woda, sól, białko **sojowe**, stabilizator (e451), substancja zagęszczająca (e407), glukoza, białko wieprzowe, hemoglobina wieprzowa, przeciwutleniacz (e301), błonnik **owsiany**, aromaty (zawierają **gluten, mleko,** łącznie z **laktozą**), majeranek 0,4%, wzmacniacze smaku (e621, e635, e631, e627), przyprawy (zawierają **seler**), aromat dymu wędzarniczego, hydrolizowane białko roślinne, syrop glukozowy, ekstrakt drożdży, substancja konserwująca (e250). produkt może zawierać: **jaja, orzeszki ziemne, gorczycę, nasiona sezamu**.] Jaja gotowane 2016 50g składniki: Jaja kurze całe (**jaja**) 100% Pomidor 100g Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 240g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% Cukier 10g	**kolacja** Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g pasta mięsna 100g składniki: Wieprzowina szynka surowa 65%, Marchew 30%, Pietruszka korzeń 5%, Sól biała Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**kolacja** Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g parówkowa z kurczaka Spiżarnia 60g [składniki: mięso z kurczaka 92%, przyprawy naturalne, woda, sól, białko wieprzowe,cukier, syrop klonowy, substancja konserwująca: azotyn sodu, naturalna osłonka wieprzowa.] Pomidor 100g Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 240g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% Cukier 10g	**kolacja** Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 75g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Szynka gotowana Morliny (**mleko, soja, pszenica, seler** korzeniowy, **gorczyca**) 50g Jaja gotowane 2016 50g składniki: Jaja kurze całe (**jaja**) 100% Pomidor 100g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g
posiłek dodatkowy Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 50g Margaryna MR Słynne (**mleko**) 5g Ogonówka Madej Wróbel 30g	**posiłek dodatkowy** Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 50g Margaryna MR Słynne (**mleko**) 5g Duda schab pieczony z majerankiem 30g [składniki: schab wieprzowy z dodatkiem wody wędzony, parzony, pieczony. składniki: schab wieprzowy 72%, woda, sól, białko **sojowe**, stabilizator (e451), substancja zagęszczająca (e407), glukoza, białko wieprzowe, hemoglobina wieprzowa, przeciwutleniacz (e301), błonnik **owsiany**, aromaty (zawierają **gluten, mleko,** łącznie z **laktozą**), majeranek 0,4%, wzmacniacze smaku (e621, e635, e631, e627), przyprawy (zawierają **seler**), aromat dymu wędzarniczego, hydrolizowane białko roślinne, syrop glukozowy, ekstrakt drożdży, substancja konserwująca (e250). produkt może zawierać: **jaja, orzeszki ziemne, gorczycę, nasiona sezamu**.]	**posiłek dodatkowy** Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 150g Płatki **owsiane** 30g	**posiłek dodatkowy** Sok pomidorowy 250g	**posiłek dodatkowy** Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 150g Płatki **owsiane** 30g
Wartość energetyczna: 2267,6 kcal Białko: 109,2g Węglowodany: 339,24g W tym cukry: 80,96g Tłuszcze: 58,3g NNKT: 15,2g Błonnik: 25,56g Sól: 5,13g	Wartość energetyczna: 2294,6 kcal Białko: 111,7g Węglowodany: 303,11g W tym cukry: 78,04g Tłuszcze: 75,9g NNKT: 22,6g Błonnik: 24,37g Sól: 6,17g	Wartość energetyczna: 2375,8 kcal Białko: 95g Węglowodany: 317,46g W tym cukry: 90,21g Tłuszcze: 86,6g NNKT: 23,6g Błonnik: 26,91g Sól: 4,33g	Wartość energetyczna: 2292,4 kcal Białko: 103,3g Węglowodany: 340,73g W tym cukry: 81,55g Tłuszcze: 62,8g NNKT: 20,3g Błonnik: 24,77g Sól: 7,91g	Wartość energetyczna: 2250,2 kcal Białko: 90,6g Węglowodany: 328,57g W tym cukry: 99,58g Tłuszcze: 68,8g NNKT: 18,5g Błonnik: 23,27g Sól: 5,58g

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.