Menu: Dieta podstawowa 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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Kiełbasa śląska Morliny (**mleko, soja, pszenica, jęczmień, seler** korzeniowy, **gorczyca**) 70g [składniki: mięso wieprzowe 40%, mięso drobiowe z kurczaka 27%, woda, tłuszcz wieprzowy, skrobia ziemniaczana, błonnik **pszenny** bezglutenowy, sól, białko wieprzowe kolagenowe, skrobia kukurydziana modyfikowana, stabilizator: trifosforany; glukoza, maltodekstryna, substancja zagęszczająca: karagen; przeciwutleniacze: askorbinan sodu, kwas izoaskorbinowy; ekstrakty przypraw, wzmacniacze smaku: glutaminian monosodowy, inozynian disodowy; przyprawy, aromat, aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca: azotyn sodu; jelito wieprzowe (osłonka)] Ogórek 100g Miód pszczeli 30g 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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Ser twarogowy półtłusty (**mleko**) 100g Szczypiorek 5g Jaja gotowane 2016 50g składniki: Jaja kurze całe (**jaja**) 100% Pomidor 100g Roszponka warzywna 35g 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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Polędwica sopocka 50g Ogórek 100g Pomarańcza 120g 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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Pasztet dzidunia Sokołów (**mleko, jaja, soja, pszenica, seler** korzeniowy**, gorczyca**) 70g [składniki: mięso 25% (w tym: mięso wieprzowe 20%, mięso z kurczaka 5%), mięso oddzielone mechanicznie z kurczaka, woda, skórki wieprzowe, wątroba wieprzowa, bułka tarta (zawiera: mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól), tłuszcz i skórki z kurczaka, tłuszcz wieprzowy, białko **sojowe**, błonnik ziemniaczany, sól, aromaty i ekstrakty przypraw; przyprawy (zawierają: **seler**), cebula, emulgatory: e472c; cukier, dekstroza, wzmacniacz smaku: e621; przeciwutleniacz: kwas askorbinowy; barwnik: karmel; olej rzepakowy, mąka **pszenna**] Pomidor 100g Szpinak 35g	**I śniadanie** Kasza manna na mleku 2% 2016 300g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 90%, Kasza manna (**pszenica**) 10% Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Serek wiejski naturalny Łaciaty (**mleko**) 200g Jabłko 150g Pomidor 100g Miód pszczeli 30g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g
obiad Zupa grochowa 400g składniki: Woda wodociągowa 57%, Ziemniaki średnie 20%, **Seler** korzeniowy 5%, Porcja rosołowa z kurczaka 5%, Marchew 5%, Groch nasiona suche 3%, Pietruszka korzeń 2%, Cebula 1%, Boczek wędzony Morliny (**mleko, soja, pszenica, seler** korzeniowy, **gorczyca**) 1%, Por 1%, Pieprz czarny mielony Schab pieczony z rękawa 130g składniki: Schab wieprzowy bez kości 87%, Czosnek 4%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%, Pieprz czarny mielony 1%, Papryka czerwona mielona słodka 1%, Papryka czerwona mielona ostra 1%, Majeranek suszony 1%, Zioła prowansalskie 1%, Pieprz ziołowy, Liść laurowy Ziemniaki średnie 280g surówka mix sałat 43g składniki: Mix sałat 81% [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: roszponka, radichio rosso, indivia frisee], Olej rzepakowy uniwersalny 16%, Pieprz czarny mielony 2% Musiak owocowy - mus jabłko-banan-	**obiad** Zupa pieczarkowa z makaronem 400g składniki: Woda wodociągowa 38%, Pieczarka uprawna świeża 18%, Marchew 10%, Makaron dwujajeczny (**jaja, pszenica**) 9%, **Seler** korzeniowy 5%, Pietruszka korzeń 5%, Por 5%, Cebula 5%, Śmietana 12% tłuszczu (**mleko**) 3%, Koper ogrodowy 1%, Pietruszka liście 1%, Majeranek suszony, Liść laurowy, Ziele angielskie MIELONE, Pieprz czarny mielony Bigos popularny 300g składniki: Kapusta biała 63%, Wieprzowina łopatka 16%, Marchew 10%, Kiełbasa zwyczajna 3%, Cebula 3%, Boczek bez kości 3%, Olej rzepakowy uniwersalny 1%, Mąka pszenna typ 500 (mąka **pszenna**), Koncentrat pomidorowy 30%, Pieprz czarny mielony Ziemniaki średnie 280g Jogurt truskawkowy 1.5% tłuszczu (**mleko**) 150g Pomarańcza 200g Kompot ze świeżych jabłek z suszem	**obiad** Zupa fasolowa 350g składniki: Ziemniaki średnie 37%, Fasola biała nasiona suche 14%, Porcja rosołowa z kurczaka 9%, Marchew 9%, Śmietana 12% tłuszczu (**mleko**) 7%, Pietruszka korzeń 5%, **Seler** korzeniowy 5%, Por 5%, Boczek wędzony Morliny (**mleko, soja, pszenica, seler** korzeniowy, **gorczyca**) 5%, Mąka pszenna typ 500 (mąka **pszenna**) 4%, Sól biała, Kminek mielony, Pieprz czarny mielony, Majeranek suszony 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**) Melon 100g Ciasto drożdżowe (**mleko, pszenica**) 50g Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym 250g	**obiad** Zupa ogórkowa na przecierze ogórkowym z ziemniakami niezabielana 400g składniki: Ziemniaki średnie 41%, Ogórek kwaszony 20%, Marchew 16%, Pietruszka korzeń 8%, Porcja rosołowa z kurczaka 8%, **Seler** korzeniowy 2%, Cebula 2%, Por 1%, Koper ogrodowy 1%, Pieprz czarny mielony gulasz mięsny z szynki z warzywami 240g składniki: Mieszanka mrożonych warzyw 7 składnikowa (**gorczyca, mleko, jaja, soja, pszenica, seler** korzeniowy) 41% [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: marchew, kalafior, fasola szparagowa, groch zielony, pietruszka, por, seler], Wieprzowina szynka surowa 25%, Marchew 25%, Cebula 8%, Pieprz czarny mielony, Sól biała, Papryka czerwona mielona słodka, Czosnek granulowany (**dwutlenek siarki**) Kasza gryczana 90g Margaryna MR Słynne (**mleko**) 3g Surówka z kapusty czerwonej 2016	**obiad** Krupnik jęczmienny na mięsie drobiowym 400g 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**) 43%, Marchew 29%, Włoszczyzna krojona w paski mrożona 18%, Koncentrat pomidorowy 30% 5%, Mąka pszenna typ 500 (mąka **pszenna**) 4%, Sól biała, Cukier Ziemniaki średnie 280g surówka z pora, jabłka i marchewki 150g składniki: Por 33%, Marchew 26%, Jabłko 26%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 13%, Sól biała, Pieprz czarny mielony, Cukier Kompot ze świeżych jabłek z suszem owocowym 250g

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
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).] 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.]	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.]	150g składniki: Kapusta czerwona 64%, Jabłko 13%, Cebula 13%, Pieprz ziołowy 6%, Olej rzepakowy uniwersalny 4% Mandarynki 130g 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.]	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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Pierś gotowana z indyka Indykpol Premium Bianka 60g 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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Szynka konserwowa drobiowa Morliny (**mleko, soja, pszenica, seler** korzeniowy, **gorczyca**) 60g Papryka żółta 100g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**kolacja** Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Paprykarz szczeciński (**ryba**) 100g Rzodkiewka 100g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**kolacja** Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g 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] Ogórek 100g Herbata czarna bez cukru 2016 240g składniki: Woda wodociągowa 100%, Herbata SAGA czarna w torebkach Cukier 10g	**kolacja** Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Pasta z jaja ze szczypiorkiem 126g składniki: Jaja kurze całe (**jaja**) 79%, Majonez Roleskiego tradycyjny Firma Roleski (**jaja, gorczyca**) 16%, Szczypiorek 4%, Sól biała, Pieprz czarny mielony Sałata 35g Kawa inka na mleku 2% bez cukru 2016 240g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 98%, Kawa INKA 2% Cukier 10g
posiłek dodatkowy Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 150g Płatki **owsiane** 25g	**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** Kefir 2% tłuszczu (**mleko**) 250g	**posiłek dodatkowy** Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 150g Musli morelowe. Mieszanka płatków zbożowych i bakalii z suszonymi morelami. 25g [składniki: składniki: płatki **owsiane**, płatki kukurydziane (kaszka kukurydziana, cukier, ekstrakt ze słodu **jęczmiennego**, sól), rodzynki (rodzynki, olej słonecznikowy), morela suszona 4% (morele, mąka ryżowa), nasiona słonecznika, wiórki kokosowe, **orzechy laskowe**, płatki **migdałowe**. produkt może zawierać **orzeszki arachidowe** oraz **mleko**.]	**posiłek dodatkowy** Chrupki kukurydziane 25g

Tabela kaloryczności umieszczona poniżej jadłospisu.

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 podstawowa 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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Szynka wiejska 50g Ogórek 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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Baleron gotowany 50g Gruszka 130g Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 150g Musli morelowe. Mieszanka płatków zbożowych i bakalii z suszonymi morelami. 30g [składniki: składniki: płatki **owsiane**, płatki kukurydziane (kaszka kukurydziana, cukier, ekstrakt ze słodu **jęczmiennego**, sól), rodzynki (rodzynki, olej słonecznikowy), morela suszona 4% (morele, mąka ryżowa), nasiona słonecznika, wiórki kokosowe, **orzechy laskowe**, płatki **migdałowe**. produkt może zawierać **orzeszki arachidowe** oraz **mleko**.]	**I śniadanie** Płatki jęczmienne na mleku 2% 2016 350g składniki: **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 86%, Płatki **jęczmienne** 14% Chleb baltonowski (mąka **pszenna, żytnia**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Jaja gotowane 2016 100g składniki: Jaja kurze całe (**jaja**) 100% Papryka czerwona 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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Kura w galarecie 2016 50g składniki: Kurczak tuszka 68%, Żelatyna 14%, Marchew 5%, Jaja kurze całe (**jaja**) 4%, Pietruszka korzeń 3%, **Seler** korzeniowy 3%, Cebula 2% Ser twarogowy półtłusty (**mleko**) 50g 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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g Kabanosy klasyczne Sokołów 60g Ogórek 100g Miód pszczeli 30g 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 Śmietana 12% tłuszczu (**mleko**) 20g Filet z kurczaka duszony w sosie pomidorowym 2016 100g składniki: Mięso z piersi kurczaka bez skóry 87%, Koncentrat pomidorowy 30% 9%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Cebula 2%, Pieprz czarny mielony, Bazylia suszona, Zioła prowansalskie 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 brązowy 90g	**obiad** Zupa szpinakowa na wywarze drobiowym niezabielana 400g składniki: Marchew 25%, Ziemniaki średnie 14%, Pietruszka korzeń 13%, Jaja kurze całe (**jaja**) 12%, Porcja rosołowa z kurczaka 9%, Szpinak mrożony 9%, Ryż biały 9%, **Seler** korzeniowy 3%, Cebula 2%, Por 2%, Pieprz czarny mielony 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: Śmietana 18% tłuszczu (**mleko**) 43%, Koper ogrodowy 28%, Mąka pszenna typ 500 (mąka **pszenna**) 28%, Pieprz czarny mielony 2% Ziemniaki średnie 280g Surówka z kapusty białej z jabłkiem i marchewką 150g składniki: Kapusta biała 62%, Marchew 12%, Jabłko 12%, Cebula 9%, Olej rzepakowy uniwersalny 3%, Sól biała, Pieprz czarny mielony, Cukier	**obiad** Zupa z soi 400g składniki: Ziemniaki średnie 25%, Marchew 21%, Por 12%, **Seler** korzeniowy 12%, Pietruszka korzeń 12%, **Soja** nasiona suche 11%, Koncentrat pomidorowy 30% 2%, Pietruszka liście 2%, Porcja rosołowa z kurczaka 2%, Majeranek suszony 1% Zsiadłe **mleko** Krasnystaw 500g ziemniaki bryzgane 400g składniki: Ziemniaki średnie 91%, Boczek wędzony Morliny (**mleko, soja, pszenica, seler** korzeniowy, **gorczyca**) 4%, Cebula 4%, Olej rzepakowy uniwersalny 2%, Koper ogrodowy Ogórek kwaszony 100g Ciasto drożdżowe (**mleko, 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.]	**obiad** Zupa koperkowa z ryżem 2016 400g składniki: Porcja rosołowa z kurczaka 17%, Marchew 17%, Ryż biały 16%, Koper ogrodowy 9%, Por 9%, **Seler** korzeniowy 9%, Pietruszka korzeń 9%, Śmietana 18% tłuszczu (**mleko**) 5%, Mąka pszenna typ 500 (mąka **pszenna**) 5%, **Mleko** spożywcze 2% tłuszczu 5% Miruna filety panierowane smażone 120g składniki: Miruna (**ryba**) 68%, Olej rzepakowy uniwersalny 11%, Bułka tarta (**pszenica**) 9%, Mąka pszenna typ 500 (mąka **pszenna**) 6%, Jaja kurze całe (**jaja**) 6%, Pieprz czarny mielony, Sól biała Ziemniaki średnie 280g Surówka z kapusty kwaszonej 2016 150g składniki: Kapusta kwaszona 64%, Jabłko 21%, Cebula 8%, Olej rzepakowy uniwersalny 4%, Cukier 3% 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% Kotlet mielony wieprzowy 2016 90g składniki: Wieprzowina łopatka 57%, Bułki **pszenne** zwykłe 15%, Bułka tarta (**pszenica**) 11%, Cebula 9%, Olej rzepakowy uniwersalny 5%, Jaja kurze całe (**jaja**) 4% Ziemniaki średnie 280g Mix sałat z rzodkiewką i szczypiorkiem z kefirem 76g składniki: Mix sałat 46% [składniki: warzywa w zmiennych proporcjach: roszponka, radichio rosso, indivia frisee], Rzodkiewka 26%, Kefir 2% tłuszczu (**mleko**) 20%, Szczypiorek 7%, Pieprz czarny mielony 1%, Sól biała 1% Gruszka 130g

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
Margaryna MR Słynne (**mleko**) 3g surówka z cukini i marchewki 150g składniki: Cukinia 58%, Marchew 29%, Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 6%, Śmietana 18% tłuszczu (**mleko**) 6%, Pieprz czarny mielony 1% 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.]	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.]		*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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g 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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g 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 25g 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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g pasta mięsna 100g składniki: Wieprzowina szynka surowa 60%, Marchew 20%, Cebula 10%, **Seler** korzeniowy 10%, Pieprz czarny mielony 1% 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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g Masło polskie Mlekovita (**mleko**) 10g parówkowa z kurczaka Spiżarnia 70g [składniki: mięso z kurczaka 92%, przyprawy naturalne, woda, sól, białko wieprzowe,cukier, syrop klonowy, substancja konserwująca: azotyn sodu, naturalna osłonka wieprzowa.] Rzodkiewka 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**) 50g Chleb żytni razowy (mąka **pszenna, żytnia**) 25g Chleb wieloziarnisty (**pszenica, żyto**) 25g 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%,	**posiłek dodatkowy** Chrupki kukurydziane 30g	**posiłek dodatkowy** Sok pomidorowy 250g	**posiłek dodatkowy** Jogurt naturalny 2% tłuszczu (**mleko**) 150g Otręby **pszenne** 20g

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
	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**.]			
Wartość energetyczna: 2197,4 kcal Białko: 96,1g Węglowodany: 328,18g W tym cukry: 63,62g Tłuszcze: 62,4g NNKT: 16g Błonnik: 30,98g Sól: 4,74g	Wartość energetyczna: 2493,1 kcal Białko: 104,1g Węglowodany: 348,4g W tym cukry: 84,73g Tłuszcze: 82,8g NNKT: 23,9g Błonnik: 31,5g Sól: 7,14g	Wartość energetyczna: 2475 kcal Białko: 98,5g Węglowodany: 357,55g W tym cukry: 80,24g Tłuszcze: 81,3g NNKT: 22,2g Błonnik: 40,67g Sól: 6,51g	Wartość energetyczna: 2479,4 kcal Białko: 107,7g Węglowodany: 352,56g W tym cukry: 71,91g Tłuszcze: 78,5g NNKT: 18,1g Błonnik: 34,38g Sól: 6,3g	Wartość energetyczna: 2277,5 kcal Białko: 81,5g Węglowodany: 346,69g W tym cukry: 78,06g Tłuszcze: 69,1g NNKT: 19,4g Błonnik: 29,05g Sól: 6,28g

16.11.2026:
Wartość energetyczna: 2282,8 kcal
Białko: 86,7g
Węglowodany: 329,67g
W tym cukry: 66,37g
Tłuszcze: 73,4g
NNKT: 19,2g
Błonnik: 22,1g
Sól: 5,95g

17.11.2026:
Wartość energetyczna:2292,7 kcal
Białko: 97,8g
Węglowodany: 336,96g
W tym cukry: 79,46g
Tłuszcze: 67,9g
NNKT: 19,1g
Błonnik: 29,29g
Sól: 6,04g

18.11.2026:
Wartość energetyczna: 2398,4 kcal
Białko: 91,5g
Węglowodany: 371,86g
W tym cukry: 88,26g
Tłuszcze: 67,7g
NNKT: 17g
Błonnik: 32,44g
Sól: 6,86g

19.11.2026:
Wartość energetyczna: 2173,1 kcal
Białko: 82,2g
Węglowodany: 298,22g
W tym cukry: 73,55g
Tłuszcze: 79,1g
NNKT: 20,6g
Błonnik: 30,39g
Sól: 6,53g

20.11.2026:
Wartość energetyczna: 2530,7 kcal
Białko: 104g
Węglowodany: 358,3g
W tym cukry: 80,21g
Tłuszcze: 71,9g
NNKT: 17,9g
Błonnik: 37,1g
Sól: 6,56g

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.