



MENU VEGE

02.06.2025 PONIEDZIAŁEK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa jarzynowa z natką pietruszki	42.0	1.3	1.8	6.3	49.3	Gluten, mleko, seler
Sos śmietanowy z brokułem	123.8	6.4	8.8	5.8	42.9	Mleko, gluten
Makaron penne	158.9	5.0	0.9	27.8	5.2	Gluten, jaja
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

03.06.2025 WTOREK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Rosół warzywny z makaronem	43.8	1.6	1.8	4.5	50.3	Gluten, jaja, seler
Gulasz warzywny z papryką	199.3	5.6	4.1	29.3	56.5	Gluten
Pyzy	249.2	7.0	3.3	46.8	7.2	Gluten, jaja
Surówka Colesław	78.0	1.3	2.6	12.4	23.0	Gluten, jaja
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

04.06.2025 ŚRODA

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa kalafiorowa z ziemniakami	25.4	1.3	0.5	4.6	36.0	Gluten, mleko
Szare kluski z kapustą kiszoną zasmażaną i cebulką	148.1	3.2	0.8	34.2	13.3	Gluten
Kapusta kiszona zasmażana	19.0	1.2	8.0	6.0	100.6	Brak
Woda z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU VEGE

05.06.2025 CZWARTEK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa pieczarkowa z warzywami	55.5	2.4	3.4	4.5	50.3	Gluten, mleko
Kotlecik z kalafiora	195.3	16.3	11.3	7.8	62.9	Gluten, jaja
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	27.3	Mleko
Mizeria	28.9	4.1	0.9	1.9	821.1	Mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

06.06.2025 PIĄTEK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa pomidorowa z ryżem	30.9	1.1	0.8	5.5	32.8	Gluten, mleko, seler
Kotlecik z warzywami	141.7	16.3	9.1	9.7	72.9	Gluten, jaja, mleko
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.1	20.2	Mleko
Surówka z kapusty kiszonej	19.0	1.2	8.0	6.0	130.1	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

09.06.2025 PONIEDZIAŁEK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupka Toskańska	352.9	2.6	5.5	7.5	372.4	Seler
Makaron spaghetti	110.1	5.0	0.9	20.8	5.2	Gluten, jaja
Sos z soczewicy	82.1	12.4	5.3	7.1	70.0	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak



MENU VEGE

10.06.2025 WTOREK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Krem marchewkowo-porowy z grzankami	43.4	5.1	2.1	5.4	39.7	Gluten, mleko
Tofu w sosie	91.2	11.4	3.2	11.8	0.7	Gluten, mleko
Ryż paraboliczny	124.1	2.7	0.7	28.9	6.0	Brak
Marchewka baby na parze	26.0	2.2	0.4	2.4	0.1	Brak
Woda z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

11.06.2025 ŚRODA

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Rosół warzywny z makaronem	43.8	1.6	1.8	4.5	50.3	Gluten, jaja, seler
Medalion marchewkowy z pietruszką	82.1	8.2	1.8	4.8	40.3	Gluten
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.1	20.2	Mleko
Surówka Królewska	120.3	1.6	2.2	8.5	70.8	Gluten, jaja
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

12.06.2025 CZWARTEK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa szabelkowa	101.3	2.0	5.1	16.5	132.1	Gluten, mleko, seler
Nuggetsy z cukinii	121.4	9.2	9.9	11.2	119.2	Gluten, jaja
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	27.3	Mleko
Surówka z kapusty pekińskiej	19.0	1.2	8.0	6.0	80.2	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak



MENU VEGE

13.06.2025 PIĄTEK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa pomidorowa z makaronem	24.1	0.6	0.7	5.3	37.7	Gluten, jaja, mleko, seler
Naleśniki z serem	134.0	11.9	1.9	18.0	42.6	Mleko, gluten, jaja
Polewa owocowa	161.8	0.1	00.7	36.7	2.7	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

16.06.2025 PONIEDZIAŁEK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Krupnik z kaszy jęczmiennej	101.3	2.6	2.2	12.5	161.1	Gluten, mleko, seler
Sos pomidorowy	58.5	0.9	0.5	7.3	160.2	Mleko, seler
Makaron kokardki	157.1	5.6	1.4	27.8	5.1	Gluten, jaja
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

17.06.2025 WTOREK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Rosół warzywny z makaronem	43.8	1.6	1.8	4.5	50.3	Gluten, jaja, seler
Kotlet warzywny	262.3	11.4	21.2	6.6	73.9	Gluten, jaja
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.1	20.2	Mleko
Salatka z buraków	68.3	1.6	2.2	10.5	270.9	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak



MENU VEGE

18.06.2025 ŚRODA

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Barszcz zabieleny z makaronem	30.7	1.1	1.3	4.2	26.9	Gluten, mleko, seler
Kotlecik z brokuła	121.3	14.2	5.3	6.6	76.3	Gluten, jaja
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	27.3	Mleko
Surówka z marchewki z ananasem	72.0	1.0	0.0	18.0	10.2	Brak
Woda z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

20.06.2025 PIĄTEK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Krem pomidorowy z grzankami	30.9	1.1	0.8	5.5	32.8	Gluten, mleko
Kluski ryżowe	198.1	11.1	10.2	12.1	9.8	Gluten, mleko, jaja
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

23.06.2025 PONIEDZIAŁEK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupka serowa z grzankami	330.0	9.1	15.9	37.1	1.3	Gluten, mleko, seler
Kopytka z sosem myśliwskim	153.5	10.6	6.5	28.3	102.5	Gluten, jaja, mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

24.06.2025 WTOREK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Rosół warzywny z makaronem	43.8	1.6	1.8	4.5	50.3	Gluten, jaja, seler
Kotlecik z selera i pora	144.4	13.9	5.6	6.6	76.5	Gluten, jaja
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.1	20.2	Mleko
Surówka z białej kapusty	19.0	1.2	8.0	6.0	18.0	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak



MENU VEGE

25.06.2025 ŚRODA

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Żurek warzywny	50.2	1.6	2.0	4.4	127.0	Gluten, mleko, seler
Gulasz z warzywami	189.1	3.1	6.9	32.2	56.5	Gluten
Kasza perłowa	96.0	2.2	0.9	19.5	1.0	Brak
Surówka z ogórkiem kiszonym	19.0	1.2	8.0	6.2	192.2	Brak
Woda z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

26.06.2025 CZWARTEK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa pomidorowa z ryżem	24.1	0.6	0.7	5.3	37.7	Gluten, mleko, seler
Sos z cukinii	142.1	7.1	3.2	16.5	82.0	Mleko, jaja
Makaron spaghetti	110.1	5.0	0.9	20.8	5.2	Gluten, jaja
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

27.06.2025 PIĄTEK

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa owocowa z makaronem	24.1	0.6	0.7	5.3	37.7	Gluten, jaja
Marynowane warzywa w panierce	136.2	13.2	6.0	7.2	82.9	Gluten, jaja
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.1	20.2	Mleko
Surówka z kapusty kiszonej	19.0	1.2	8.0	6.0	130.1	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak