



MENU

03.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa ogórkowa	29.9	0.9	0.9	4.8	61.1	Mleko, seler
Makaron kokardki	157.1	5.6	1.4	27.8	5.1	Gluten, jaja
Sos pomidorowy z śmietanką	68.5	1.9	1.3	7.9	120.2	Mleko, gluten, seler
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

04.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Złocisty rosół z makaronem	43.8	1.6	1.8	4.5	50.3	Gluten, jaja, seler
Kotlet pożarski	102.0	5.6	4.3	12.0	8.1	Gluten, jaja
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.1	20.2	Mleko
Surówka z białej kapusty i marchewki	22.0	1.2	8.0	6.0	19.0	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

05.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa pieczarkowa z grzankami	55.5	2.4	3.4	4.5	50.3	Mleko, gluten, seler
Kurczak w sosie potrawkowym	165.8	13.7	8.6	8.6	42.9	Mleko, gluten, seler
Ryż paraboliczny	124.1	2.7	0.7	28.9	6.0	Brak
Marchewka zasmażana na masełku	33.0	1.0	0.2	5.1	0.2	Mleko, gluten
Woda mineralna z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

06.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Krem serowy ze szczypiorkiem z grzankami	330.0	9.1	15.9	37.1	1.3	Mleko, gluten, seler
Nuggetsy z kurczaka w tempurze	127.3	18.2	11.9	12.2	109.2	Gluten, jaja
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	27.3	Mleko
Surówka z białej kapusty z zielonym ogórkiem	32.7	1.7	0.3	7.0	20.3	Mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

07.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa pomidorowa z makaronem	30.9	1.1	0.8	5.5	32.8	Mleko, gluten, seler
Filet z mintaja w chrupiącej panierce	147.7	15.8	6.2	7.6	89.9	Mleko, gluten, jaja, ryba
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.1	20.2	Mleko
Surówka z kapusty kiszzonej	19.0	1.2	8.0	6.0	130.1	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

10.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa jarzynowa	42.0	1.3	1.8	6.3	49.3	Seler, mleko, gluten
Sos słodko kwaśny z grillowanym kurczakiem i warzywami	93.2	9.1	2.0	12.4	0.7	Gluten, seler
Ryż curry	161.1	3.1	4.9	30.6	0.3	Seler
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak



MENU

11.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Złocisty rosół z makaronem	43.8	1.6	1.8	4.5	50.3	Gluten, jaja, seler
Pieczona pałka z kurczaka	211.1	24.1	12.0	0.0	87.0	Brak
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	27.3	Mleko
Mix warzyw na parze	65.5	2.0	1.0	10.0	10.1	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

12.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa kalafiorowa z koperkiem	25.4	1.3	0.5	4.6	36.0	Mleko, seler, gluten
Chrupiący filet z piersi kurczaka w sezamie	174.5	21.8	11.7	7.6	176.3	Mleko, gluten, jaja
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.1	20.2	Mleko
Surówka z marchewki z ananasem	72.0	1.0	0.0	18.0	10.2	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

13.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa meksykańska	78.4	5.2	3.1	7.8	6.7	Brak
Strogonow drobiowy z drożdżowymi pampuchami	95.3	8.3	1.8	10.6	67.9	Mleko, gluten, jaja
Surówka Colesław	78.0	1.3	2.6	12.4	23.0	Mleko, seler
Woda mineralna z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

14.02.2025

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	Mleko, seler
Naleśniki z serem i polewą owocową	154.0	11.9	1.8	20.0	42.6	Mleko, gluten, jaja
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

17.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Krupniczek z kaszy jęczmiennej	101.3	2.6	2.2	12.5	161.1	Gluten, seler, mleko
Sos bolognese	89.3	5.9	4.5	6.4	70.0	Gluten, jaja
Makaron spaghetti	110.1	5.0	0.9	20.8	5.2	Gluten, jaja
Woda mineralna z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

18.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Złocisty rosół z makaronem	43.8	1.6	1.8	4.5	50.3	Gluten, jaja, seler
Kotlet mielony	293.3	14.4	23.3	7.6	73.9	Mleko, gluten, jaja
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	27.3	Mleko
Salatka z buraków z jabłuszkiem	78.3	1.6	2.2	10.5	170.9	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak



MENU

19.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Krem z pomidorów i pieczonej papryki	64.1	1.2	3.2	7.4	0,4	Mleko, seler, gluten
Kotlet schabowy	205.3	18.4	13.7	7.8	62.9	Gluten, jaja
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.1	20.2	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

20.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Barszcz zabieleny z makaronem	50.8	1.8	1.4	6.9	47.9	Mleko, gluten, seler
Gyros z kurczaka z ryżem	289.9	24.8	5.9	29.6	56.6	Brak
Sos tzatziki z ogórkiem i koperkiem	95.0	3.9	6.7	6.3	11.0	Mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

21.02.2025

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	Mleko, seler
Paluszki rybne	147.2	15.8	7.1	7.2	82.9	Gluten, jaja, ryba
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	27.3	Mleko
Brokuł na parze	65.5	2.0	1.0	10.0	10.1	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak



MENU

24.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Kapuśniak ze słodkiej kapusty	62.9	5.4	3.2	4.9	142.4	Seler, gluten
Gulasz wieprzowy	132.2	12.4	9.4	5.3	0.7	Gluten
Kasza gryczana	97.0	2.2	0.9	19.5	1.0	Brak
Ogórek kiszony	12.0	1.0	0.1	1.9	821.1	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

25.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Rosół z makaronem	43.8	1.6	1.8	4.5	50.3	Gluten, jaja, seler
Grillowany kurczak	139.7	24.3	4.6	0.3	0.5	Brak
Sos pomidorowy - śmietanowy	68.7	2.7	1.3	8.3	169.2	Mleko, gluten
Ryż	124.1	2.7	0.7	28.9	6.0	Brak
Surówka z kapusty z marchewką	72.0	1.0	0.0	18.0	10.2	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

26.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa szabelkowa	42.0	1.3	1.8	6.3	49.3	Seler, gluten, mleko
Rolada drobiowa z papryką i marchewką	120.1	16.9	5.2	3.1	0.5	Gluten
Pyzy drożdżowe	249.2	7.0	3.3	46.8	7.2	Gluten, jaja
Sos węgierski	100.2	2.2	7.2	7.4	0.5	Seler, gluten, mleko
Woda mineralna z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

27.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa grochowa	121.3	5.6	4.3	12.7	0.6	Gluten, seler
Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym	193.9	14.1	11.2	9.6	121.0	Mleko, jaja
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.1	20.2	Mleko
Mix warzyw na parze	65.5	2.0	1.0	10.0	10.1	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak

28.02.2025

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa pomidorowa z makaronem	30.9	1.1	0.8	5.5	32.8	Mleko, gluten, seler
Pierogi z serem i masłem	210.2	18.0	11.1	16.1	9.8	Mleko, gluten, jaja
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	Brak