



MENU

01.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Rosół z makaronem	43.8	4.1	0.4	6.5	24.3	Seler, gluten, jaja
Gulasz wieprzowy	201.3	8.6	5.9	30.7	56.5	Seler, gluten, mleko
Kasza gryczana	342.0	12.3	1.3	75.9	17.0	Gluten
Ogórek kiszony	12.0	1.0	0.1	1.9	703.0	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

02.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa dyniowa z pestkami dyni	33.8	1.1	1.4	4.5	24.3	Gluten, mleko
Kotlet pożarski	102.0	5.6	4.3	12.0	8.0	Gluten, mleko, jaja
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.4	6.2	Mleko
Surówka z białej kapusty z jogurtem i ogórkiem	19.0	1.2	8.0	6.0	260.0	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

03.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Barszcz ukraiński	30.7	1.1	13.4	4.8	146.9	Jaja, gluten, mleko
Kotlecik schabowy	225.3	18.4	13.7	7.6	65.9	Jaja, Gluten, mleko
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	7.3	Mleko
Surówka Colesław	78.0	1.3	2.6	12.4	23.0	Mleko
Woda mineralna z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

04.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa pomidorowa z ryżem	20.1	0.6	0.7	3.3	8.7	Seler, gluten
Filecik panierowany z ryby	147.7	15.8	6.2	7.6	89.9	Ryby, gluten, jaja, mleko
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.4	6.2	Mleko
Surówka z kapusty kiszonej	19.0	1.2	8.0	6.0	260.0	Brak
Woda mineralna z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

07.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa ogórkowa	29.9	0.9	0.9	4.8	137.1	Seler, Gluten
Sos bolognese	89.3	5.92	4.46	6.4	70.0	Gluten, jaja, seler
Makaron spaghetti	27.7	6.0	0.9	30.8	1.2	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

08.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Rosół z makaronem	43.8	4.1	0.4	6.5	24.3	Seler, gluten, jaja
Pulpety drobiowe w sosie koperkowym	193.9	14.1	11.2	9.6	0.6	Gluten, mleko, jaja
Ryż	344.0	6.7	0.7	78.9	6.0	Brak
Marchewka z groszkiem	68.6	1.0	4.3	8.3	78.4	Mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

09.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa grochowa	42.0	1.3	1.8	6.3	9.3	Gluten, mleko
Filet z piersi kurczaka W płatkach kukurydzianych	164.5	18.8	6.7	7.6	76.3	Gluten, mleko, jaja
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.4	6.2	Mleko
Marchewka z ananase	72.0	1.0	0.0	18.0	10.0	Brak
Woda mineralna z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

10.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Krem z brokuła z grzankami	41.7	2.1	1.6	5.4	34.7	Seler, gluten, jaja, mleko
Strogonow drobiowy	75.3	6.4	1.7	10.6	65.9	Jaja, Gluten, mleko
Kluski półfrancuskie	129.7	2.0	0.2	31.4	6.2	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

11.10.2024

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	6.8	Seler, gluten, mleko, jaja
Naleśniki z serem i truskawkami	134.0	11.9	1.9	18.0	42.6	Jaja, Gluten, mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

14.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa jesienna	42.0	1.3	1.8	6.3	9.3	Seler, gluten, mleko
Pierogi ruskie z okrasą	205.2	12.0	10.0	17.1	11.2	Jaja, Gluten, mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

15.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Rosół z makaronem	43.8	4.1	0.4	6.5	24.3	Seler, gluten, jaja
Kotlet mielony	293.3	14.4	23.3	7.6	73.9	Gluten, jaja, mleko
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	7.3	Mleko
Surówka z czerwonej kapusty	50.5	1.7	2.2	7.2	10.1	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

16.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa kalafiorowa	25.4	1.3	0.5	4.6	16.0	Seler, mleko
Nuggetsy z kurczaka	137.3	18.2	1.9	12.2	159.2	Gluten, jaja, Mleko
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.4	6.2	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	1.0	Brak



MENU

17.10.2024

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	6.8	Seler, gluten, mleko, jaja
Gulasz mięsno - warzywny	201.3	8.6	5.9	30.7	56.5	Seler, gluten, mleko
Pyzy	249.7	7.0	3.3	46.8	1.2	Brak
Buraczki z cebulą	68.3	1.6	2.2	10.5	270.8	Brak
Woda mineralna z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

18.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Barszcz zabieleny	30.7	1.1	13.4	4.8	146.9	Jaja, gluten, mleko
Kostka rybna	147.7	15.8	6.2	7.6	89.9	Ryby, gluten, jaja, mleko
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.4	6.2	Mleko
Surówka z białej kapusty z marchewką	32.7	1.7	4.2	16.7	6.2	Mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

21.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupka ziemniaczana	42.0	1.3	1.8	6.3	9.3	Seler, gluten, mleko
Makaron spaghetti	27.7	6.0	0.9	30.8	1.2	Brak
sos carbonara	150.5	11.0	5.2	16.5	220.4	Jaja, Gluten, mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

22.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Krem z zielonych warzyw z groszkiem ptyśowym	41.7	2.1	1.6	5.4	34.7	Seler, gluten, jaja, mleko
Kurczak w potrawce	165.8	13.7	8.6	8.6	42.9	Gluten, mleko
Ryż	344.0	6.7	0.7	78.9	6.0	Brak
Marchewka zasmażana	33.0	1.0	0.2	5.1	0.2	Brak
Woda mineralna z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

23.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Kapuśniak ze słodkiej kapusty	52.9	5.6	0.5	7.5	192.4	Seler, Gluten, mleko
Zrazik wieprzowy w sosie pieczeniowym	193.9	14.1	11.2	9.6	0.6	Gluten, mleko, jaja
Ziemniaki	109.7	2.0	4.2	16.4	6.2	Mleko
Brokuł na parze	26.0	2.2	0.4	2.4	0.1	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

24.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Rosół z makaronem	43.8	4.1	0.4	6.5	24.3	Seler, gluten, jaja
Kuleczki drobiowe	174.0	19.7	5.7	13.9	30.0	Mleko, Gluten, Jaja
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.4	6.2	Mleko
Surówka Królewska	120.3	1.6	2.2	8.5	70.8	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

25.10.2024

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	6.8	Seler, gluten, mleko, jaja
Leczo warzywne z cukinią	58.5	0.9	4.5	4.3	127.7	Mleko
Kasza bulgur	342.0	12.3	1.3	75.9	17.0	Gluten
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

28.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Krupnik z kaszy jęczmiennej	111.3	2.6	2.2	22.5	61.1	Seler, gluten
Sos pomidorowy	58.5	0.9	4.5	4.3	127.7	Brak
Makaron kokardki	348.0	14.6	1.4	75.0	8.0	Gluten
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

29.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Rosół z makaronem	43.8	4.1	0.4	6.5	24.3	Seler, gluten, jaja
Gulasz węgierski	201.3	8.6	5.9	30.7	56.5	Seler, gluten, mleko
Ziemniaczki	109.7	2.0	4.2	16.4	6.2	Mleko
Ogórek kiszony	12.0	1.0	0.1	1.9	703.0	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

30.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Krem z cukinii Z grzankami	45.5	4.1	0.4	6.5	24.3	Seler, mleko, gluten
Kotlecik schabowy	225.3	18.4	13.7	7.6	65.9	Jaja, Gluten, mleko
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	7.3	Mleko
Kapusta kiszona zasmażana	50.5	1.7	2.2	7.2	10.1	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

31.10.2024

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa pomidorowa z ryżem	20.1	0.6	0.7	3.3	8.7	Seler, gluten
Medalion z indyka	95.0	16.2	1.3	4.8	40.3	Mleko, gluten
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.4	6.2	Mleko
Surówka z selera z brzoskwinia	53.5	1.4	2.3	8.9	69.3	Seler
Woda mineralna z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak