

STANOMINO 04.03.2026 -17.03.2026

Data	Śniadanie	Obiad	Kolacja
04.03.2026 środa	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy) parówki drobiowe 2 szt. 120g, musztarda 10g, pomidor 30g, herbata czarna 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 529,9 kcal węglowodany-62,9g tłuszcze-22,2g białka-20,9g	Zupa wiosenna 300 ml::129,6kcal, węglowodany 15,6g, tłuszcze 4,8g, białko 6g woda, porcje rosółowe, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, brokuł, fasolka szparagowa żółta, kalafior, brukselka, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), natka pietruszki, naleśniki z twarogiem 260g, polewą waniliową100g i bananami 30g:(ciasto na naleśniki:mleko, woda gazowana, mąka pszenna, jaja, olej, sól; serek waniliowy, polewa: jogurt naturalny, cukier wanilinowy; banany:570kcal, węglowodany 83,7g, tłuszcze 13,3g, białko 37g, kompot owocowy 250 ml – 172kcal węglowodany 42g, tłuszcze 0g, białko 0g : woda, owoce sezonowe, cukier (1,3,7,9) 871,6kcal węglowodany-141,3g tłuszcze-18,1g białka-43g	Chleb mieszany 100g, (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy) , salami berlińskie 100g, ogórek zielony 30g, herbata czarna 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 635,5kcal węglowodany-57,4g tłuszcze-34,8g białka-23,7g

05.03.2026 czwartek	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy, twaróg półtłusty ze śmietaną 12% 120g, ogórek zielony 30g, herbata z cytryną 250 ml (1,3,6,7,8,11) 606,5 kcal węglowodany-70,9g tłuszcze-24,8g białka-30,7g	Zupa chrzanowa 300 ml: 324kcal, węglowodany 15g, tłuszcze 24g, białko 12g: (woda, żeberka wędzone, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, chrzan tarty, śmietana 36%, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz, majeranek) wątróbka drobiowa z cebulą 150g-300kcal, węglowodany 4g, tłuszcze 14g, białko 20g,(wątróbka drobiowa, cebula, mąka, olej, sól, pieprz, cukier) ziemniaki gotowane 200g - 166,7kcal węglowodany 40g, tłuszcze 0g, białko 4g kiszona kapusta z marchewką i jabłkiem 100g - 47kcal węglowodany 4g, tłuszcze 3g, białko 1g, kompot owocowy 250 ml – 172kcal węglowodany 42g, tłuszcze 0g, białko 0g: woda, owoce sezonowe, cukier (1,7,9) 1009,7kcal węglowodany-105g tłuszcze-41g białka-37g	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy,, polędwica Hani drobiowa 100g, papryka czerwona 30g, herbata 250 ml (1,3,6,7,8,9,11) 399,5 kcal węglowodany-61,4g tłuszcze-11,8g białka-24,7g
06.03.2026 piątek	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny	Zupa kalafiorowa 250ml-158kcal, węglowodany13g, tłuszcze 5g, białko 18g bulion drobiowy(woda, porcje rosółowe, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, sól, pieprz, liść	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny

	rzepakowy,palmowy, serek topiony gouda 100g, pomidor 30g, kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 764,5 kcal węglowodany-82,9g tluszcze-29,3g białka-44,7g	laurowy, ziele angielskie), ziemniaki, różyczki kalafiora, marchew, pietruszka, seler, por, ziele angielskie, liść laurowy, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), sól, pieprz, natka pietruszki ziemniaki gotowane 200g - 166,7kcal węglowodany 40g, tluszcze 0g, białko 4g, kotlet rybny 100g - 156kcal węglowodany 3g, tluszcze 8g, białko 17g: (miruna mielona, słonina, jajka, bułka tarta, sól, pieprz, natka pietruszki),buraczki 100g - 42kcal węglowodany 10g, tluszcze 0g, białko 2g: burak gotowany tarkowany, jabłko, cebula, olej, sól, pieprz, cukier, sok z cytryny, kompot owocowy 250 ml - 172kcal węglowodany 42g, tluszcze 0g, białko 0g: woda, owoce sezonowe, cukier (1,3,4,7,9) 694,7kcal węglowodany-108g tluszcze-13g białka-41g	rzepakowy,palmowy, pasztetowa firmowa DUDA 100g, pomidor 30 g, herbata owocowa 250 ml (1,3,6,7,8,9,10,11) 587,5 kcal węglowodany-61,7g tluszcze-30,8g białka-17,7g
07.03.2026 sobota	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy,	Zupa pieczarkowa 300 ml 160kcal węglowodany 18g, tluszcze 6g, białko 14,4g,:(woda, porcje rosółowe, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, pieczarka biała, makaron mała muszelka lubella	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy,

	szynkowa extra 100g (kielbasa wieprzowa produkt może zawierać zboża zawierające gluten, seler, gorczyca, mleko, białko sojowe), ogórek kiszony 50g, kawa inka na mleku 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 646,5 kcal węglowodany-81,5g tłuszcze-16,3g białka-46,7g	(semolina z pszenicy durum produkt może zawierać soję), sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), natka pietruszki, ziemniaki gotowane 200g - 166,7kcal węglowodany 40g, tłuszcze 0g, białko 4g, jajko sadzone 2 szt 200kcal węglowodany 1g, tłuszcze 15g, białko 14g, kapusta pekinka z kukurydzą i majonezem 100g 125kcal węglowodany 8g, tłuszcze 9g, białko 1,5g, kompot owocowy 250 ml - 172kcal węglowodany 42g, tłuszcze 0g, białko 0g: woda, owoce sezonowe, cukier (1,3,6,7,9) 823,7kcal węglowodany-109g tłuszcze-30g białka-33,9g	omasta z wędlin i jajek 100 g (produkt może zawierać soję, seler, gorczycę, jaja), pomidor 30g, herbata owocowa 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 772,5 kcal węglowodany-54g tłuszcze-69,8g białka-10g
08.03.2026 niedziela	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy, polędwica drobiowa miodowa 100g (wędlina z indyka i kurczaka produkt może zawierać soję, mleko, seler) papryka 50g, kakao	Zupa szczawiowa 300 ml-280,8kcal, węglowodany 28,8g, tłuszcze 13,2g, białko 10,8g: bulion drobiowy(woda, porcje rosółowe, marchew, seler, pietruszka, por, cebula, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), ziemniaki, szczaw ukwaszony URBANEK lub świeży, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana UHT MU 36%	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy, ser żółty gouda 100g, ogórek zielony 30 g, herbata z cytryną 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 665,5 kcal węglowodany-57,3g

	250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 595,5 kcal węglowodany-86,4g tluszcze-16,7g białka-27,7g	(śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), jajko kurze gotowane, sól, pieprz, cukier, ziemniaki gotowane 200g - 166,7kcal węglowodany 40g, tluszcze 0g, białko 4g, kotlet schabowy100g – 316,25kcal, węglowodany 12,5g, tluszcze 23,75g, białko 15g: schab wieprzowy, zalewa: jajko, sól, pieprz, czosnek, cebula, liść laurowy, ziele angielskie, panierka: bułka tarta, smalec do smażenia surówka z białej kapusty 100g-80kcal, węglowodany 11,5g, tluszcze 4,3g, białko 1,5g: biała kapusta, koper, natka pietruszki, cukier, sól, ocet, olej kujawski: 100% rafinowany olej rzepakowy z pierwszego tłoczenia filtrowany na zimno kompot owocowy 250 ml - 172kcal węglowodany 42g, tluszcze 0g, białko 0g: woda, owoce sezonowe, cukier (1,3,7,9) 1015,75kcal węglowodany-134,5g tluszcze-41,25g białka-31,3g	tluszcze-33,8g białka-33g
09.03.2026 poniedziałek	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko,	Zupa grochowa 300 ml- 300kcal, węglowodany 32g, tluszcze 5g, białko 10g: woda, kości wędzone	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko,

jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy, serek kanapkowy 100g, pomidor 30 g, kawa zbożowa 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 830,5 kcal węglowodany-81,8g tłuszcze-38,3g białka-39,7g	wieprzowe, ziemniaki, groch cały, groch łuskany, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy SPAGHETTI BOLOGNESE 350g-394,5kcal, węglowodany 54g, tłuszcze 14g, białko 15g MAKARON SPAGHETTI LUBELLA UGOTOWANY 200g (semolina z pszenicy durum, produkt może zawierać soję): SOS BOLOGNESE Z MIĘSEM MIELONYM I MARCHEWKĄ 150g – 156kcal: mięso wieprzowe z szynki mielone, woda, marchewka kostka, koncentrat pomidorowy ŻŁOTY BAŻANT (28-30% pomidor, produkt pasteryzowany), pomidory z puszki krojone PODRAVKA(pomidor y 60%, sok pomidorowy 39,5%, sól, regulator kwasowości, kwas cytrynowy), olej, sól, pieprz, papryka czerwona słodka, czosnek świeży, oregano, bazylia, zaklepka: woda, mąka koszalińska pszenna typ 500, kompot owocowy 250 ml - 172kcal węglowodany 42g, tłuszcze 0g, białko 0g: woda, owoce sezonowe, cukier	jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy) szynka litewska wieprzowa wędzona 100g (produkt może zawierać jaja, seler, gorczycę, mleko, białko sojowe, błonnik pszenny), ogórek zielony 30g, herbata z cytryną 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 430,5 kcal węglowodany-60g tłuszcze-10g białka-24g
--	--	--

		(1,3,9) 866,5kcal węglowodany-128g tluszcze-19g białka-25g	
10.03.2026 wtorek	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy) jajko gotowane 2 szt, majonez 10g, szczypior z rzodkiewką 30 g, kakao 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 732,5 kcal węglowodany-81,9g tluszcze-30,8g białka-26,3g	Zupa porowa z ryżem 300 m- 456kcal, węglowodany 4g, tluszcze 36g, białko 30g(woda, porcje rosółowe, ziemniaki, por, marchew, pietruszką, seler, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), natka pietruszki,) ziemniaki gotowane 200g - 166,7kcal węglowodany 40g, tluszcze 0g, białko 4g, kotlet mielony 100g- 254kcal, węglowodany 6g, tluszcze 17,5g, białko 19g mięso wieprzowe mielone z łopatki, jajka, bułka tarta, bulion warzywny (woda, marchew, pietruszką, seler, por, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz), sól, pieprz, czosnek świeży, olej do smażenia uniwersalny surówka szwedzka 100g- 29kcal, węglowodany 6g, tluszcze 1g, białko 1g: ogórek kiszony plastry, marchew plastry ugotowana, cebula sparzona, olej, musztarda, cukier, kompot owocowy	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy) wędlina krakowska 100 g, papryka 30g, herbata owocowa 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 500,5 kcal węglowodany-57g tluszcze-14g białka-36g

		250 ml - 172kcal węglowodany 42g, tluszcze 0g, bialko 0g: woda, owoce sezonowe, cukier (1,3,7,9) 1077,7kcal węglowodany-98g tluszcze-54,5g bialka-54g	
11.03.2026 środa	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy, ser żółty gouda 100g, ogórek zielony 30 g, kawa zbożowa 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 904,5 kcal węglowodany-78,3g tluszcze-40,3g bialka-59,7g	Zupa ogórkowa z koperkiem 300 ml- 160kcal, węglowodany 15,6g, tłuszcze 7g, białko 13g woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ogórek kiszony tarkowany (woda, ogórek, chrzan, koper, czosnek, sól, śladowe ilości gorczycy) Paweko, marchew, pietruszka, seler, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, makaron w sosie pieczarkowym z natką pietruszki natką pietruszki 350g, 444kcal, węglowodany 64,3g, tłuszcze 14,9g białko 11,9g marchewka, jabłko kompot owocowy 250 ml - 172kcal węglowodany 42g, tluszcze 0g, bialko 0g: woda, owoce sezonowe, cukier (1,3,7,9) 776kcal węglowodany-121,9g tluszcze-21,9g bialka-24,9g	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy, pieczeń rzymska 100g, papryka 30g herbata owocowa 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 478,5 kcal węglowodany-62g tluszcze-13,8g bialka-24,7g
12.03.2026	Chleb mieszany	Zupa chłopska 300	Chleb mieszany

czwartek	100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy) wędlina krakowska 100 g, papryka 30g, kawa inka 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 565 kcal węglowodany-60g tłuszcze-14g białka-39g	ml- 189kcal, węglowodany 21,6g, tłuszcze 10g, białko 4g (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, koper, marchew, pietruszka, seler, por, szarpane mięso gotowane z kurczaka, natka pietruszki, sól, pieprz) kasza jęczmienna 200 g- 247kcal, węglowodany 56g, tłuszcze 1g, białko 4g, szynka w sosie (100g/80g)180g- 211kcal, węglowodany 7g, tłuszcze 8g, białko 15,6g biała kapusta z marchewka 100g- 51,5kcal, węglowodany 8,6g, tłuszcze 1,4g, białko 1,4g biała kapusta świeża, marchewka, jabłko koper, sól, cukier, olej, kompot owocowy 250 ml - 172kcal węglowodany 42g, tłuszcze 0g, białko 0g: woda, owoce sezonowe, cukier (1,3,7,9) 870,5kcal węglowodany-135,2g tłuszcze-20,4g białko 25g	100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy) pasztet drobiowy indykpol 100g, (produkt może zawierać gluten, gorczycę, jaja, mleko, seler, soję) ogórek zielony 30g, herbata z cytryną 250ml (1,3,6,7,8,10,11) 567,5 kcal węglowodany-65,8g tłuszcze-23,8g białka-21g
13.03.2026 piątek	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy) pasta z makreli	Zupa koperkowa 300 ml- 100kcal, węglowodany 18g, tłuszcze 2,4g, białko 3,6g (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, koper, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen,	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy) polędwica sopocka

	wędzonej jaj, sera żółtego, ogórka kiszzonego i natki pietruszki 100g, papryka 30 g, kakao 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 714,5 kcal węglowodany-81,9g tluszcze-29,8g białka-29,7g	mleczan wapnia), sól, pieprz), łazanki z mięsem mielonym i kiszoną kapustą 350g-724,3kcal, węglowodany 56,7g, tluszcze 37,7g, białko 39,5g , kompot owocowy 250 ml - 172kcal węglowodany 42g, tluszcze 0g, białko 0g: woda, owoce sezonowe, cukier (1,3,7,9) 996,3kcal węglowodany-116,7g tluszcze-40,1g białka-43,1g	100g, pomidor 30g, jogurt owocowy 150g, herbata owocowa 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 578,5 kcal węglowodany-56g tluszcze-14,8g białka-27,7g
14.03.2026 sobota	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy) ser żółty salami z pomidorami 70 g, pomidor 30 g, dżem owocowy 30g, kawa zbożowa 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 852,5 kcal węglowodany-88,9g tluszcze-33g białka-51g	Zupa fasolowa 300ml -220kcal, węglowodany 24g, tluszcze 6g, białka 15g woda, kości wędzone wieprzowe, ziemniaki, fasola jaś średni, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy, placek po węgiersku 300g-504kcal, węglowodany 25g, tluszcze 34g, białka 33g, surówka z czerwonej kapusty jabłka i marchewki 100g- 52kcal, węglowodany 12g, tluszcze 1g, białka 1g, kompot owocowy 250 ml - 172kcal węglowodany 42g, tluszcze 0g, białko 0g: woda, owoce sezonowe, cukier (1,3,7,9) 948kcal węglowodany-103g	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy) kiełbasa szynkowa 100g, sałatka jarzynowa 80g, herbata z cytryną 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 594,5 kcal węglowodany-63,9g tluszcze-26,8g białka-27,7g

		tluszcze-41g bialka-49g	
15.03.2026 niedziela	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy) schab z majerankiem 100 g, pomidor 30g, kefir 100g, kakao 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 628,5 kcal węglowodany-85,9g tluszcze-17,3g bialka-33,7g	Rosół 300 ml- 245kcal, węglowodany 34g, tłuszcze 12g, białka 51g woda, kura, szponder wołowy, marchew, pietruszka, seler, por, cebula pieczona, makaron nitki lubella (semolina z pszenicy durum, produkt może zawierać soję), sól, pieprz, ziele angielskie, udko pieczone 150g- 327kcal, węglowodany 0g, tłuszcze 20g, białko 36g, ziemniaki gotowane 200g - 166,7kcal węglowodany 40g, tłuszcze 0g, białko 4g marchewka z groszkiem 100g– 87kcal, węglowodany 11g, tłuszcze 4g, białko 1g marchewka kostka, groszek zielony, woda, masło, szczypta soli, kompot owocowy 250 ml - 172kcal węglowodany 42g, tłuszcze 0g, białko 0g: woda, owoce sezonowe, cukier (1,3,7,9) 997,7kcal węglowodany-127g tluszcze-36g bialka-92g	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy) kiełbasa śląska na gorąco 100g, musztarda 10g, papryka 30 g,herbata z cytryną 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 600,5 kcal węglowodany-60g tluszcze-25g bialka-27g

16.03.2026 poniedziałek	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy szynka gotowana 100g, ogórek świeży 30g, jogurt owocowy 100g kawa zbożowa250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 604 kcal węglowodany-74,9g tłuszcze-10g białka-33,2g	Żurek 300 ml- 203kcal, węglowodany 17g, tłuszcze 6g, białko 8g woda, kości wędzone, żur staropolski(woda 85%, mąka żytnia- zawiera gluten 14%, czosnek świeży 0,56%, liść laurowy 0,02%, ziele angielskie 0,02%, może zawierać gorczycę), ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, sól, pieprz potrawka z kurczaka z warzywami 200g- 195kcal, węglowodany 8g, tłuszcze 7g, białko 19g: pierś z kurczaka, mąka pszenna, sól, pieprz, marchewka, grostek zielony,śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), natka pietruszki, ryż 200g- 255kcal, węglowodany 45g, tłuszcze 0g, białko 4g , kompot owocowy 250 ml - 172kcal węglowodany 42g, tłuszcze 0g, białko 0g: woda, owoce sezonowe, cukier (1,3,7,9) 825kcal węglowodany-112g tłuszcze-13g białka-31g	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny rzepakowy,palmowy) serek wiejski 100g, pomidor ze szczypiorkiem 55 g, dżem owocowy 50g, herbata miętowa 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 583,5 kcal węglowodany-70g tłuszcze-13g białka-20g
17.03.2026 wtorek	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny	Zupa pomidorowa 300- 246kcal węglowodany 45,6g, tłuszcze 1g, białko 5g bulion drobiowy(woda, porcje rosółowe, marchew, seler, pietruszk, por, cebula,	Chleb mieszany 100g: (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, może zawierać orzechy, soję, sezam, mleko, jaja), mix 10g:(oleje i tłuszcz roślinny

rzepakowy,palmowy) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100 g, papryka 50 g, kawa inka 250 ml, (1,3,6,7,8,10,11) 738 kcal węglowodany-61g tluszcze-44g białka-18g	sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), marchew, pietruszka, seler, por, makaron mała muszelka lubella(semolina z pszenicy durum, produkt może zawierać soję), koncentrat pomidorowy złoty bazant (28%-30% pomidor, produkt pasteryzowany), śmietana UHT MU 36% (śmietanka, stabilizator: karagen, mleczan wapnia), sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy ziemniaki gotowane 200g - 166,7kcal węglowodany 40g, tluszcze 0g, białko 4g karkówka duszona w sosie 100g/70g 170g- 521kcal węglowodany 0g, tluszcze 47g, białko 26g, surówka z pekinki 100g- 56kcal węglowodany 6g, tluszcze 3g, białko 1,5g woda z cytryną 250 ml - 5kcal węglowodany 0g, tluszcze 0g, białko 0g: woda, cytryna (1,3,7,9) 994kcal węglowodany-91,6g tluszcze-51g białka-36,5g	rzepakowy,palmowy) serek topiony 80g, miód 20g, pomidor 30g, herbata 250 ml (1,3,6,7,8,10,11) 586,5 kcal węglowodany-80g tluszcze-23g białka-19g
---	--	---

JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE

Alergeny legenda:

- 1 Zboża zawierające gluten
- 2 Skorupiaki i produkty pochodne
- 3 Jaja i produkty pochodne
- 4 Ryby i produkty pochodne
- 5 Orzeszki ziemne i produkty pochodne
- 6 Soja i produkty pochodne
- 7 Mleko i produkty pochodne
- 8 Orzechy
- 9 Seler i produkty pochodne
- 10 Gorczyca i produkty pochodne
- 11 Nasiona sezamu i produkty pochodne
- 12 Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniu 10mg/kg
- 13 Łubin i produkty pochodne
- 14 Mięczaki i pochodne