Od dnia 13 grudnia 2014r.obowiązuje rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 w sprawie przekazywania informacji na temat alergenów. Informujemy, że zgodnie z wykazem zostały wyszczególnione substancje alergizujące występujące w jadłospisie

W oparciu o dostępność produktów, wykonawca zastrzega sobie prawo do wprowadzenia zmian w jadłospisie.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, vegeta, majeranek, papryka, curry, cukier waniliowy, cynamon.

| 09.11.2026 | 10.11.2026 | 11.11.2026 | 12.11.2026 | 13.11.2026 | 14.11.2026 | 15.11.2026 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ŚNIADANIE 08:00 | ŚNIADANIE 08:00 | ŚNIADANIE 08:00 | ŚNIADANIE 08:00 | ŚNIADANIE 08:00 | ŚNIADANIE 08:00 | ŚNIADANIE 08:00 |
| płatki owsiane na mleku (7,17) 350ml<br>szynka z tłuszczykiem 50g<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>pomidor 50g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml<br><br>*gotowanie | kasza manna na mleku (7,1) 350g<br>pasta z jaj i tuńczyka (3,4) 60g<br>sałata lodowa 30g<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>dżem niskosłodzony 30g<br>kawa zbożowa na mleku 250m (7)<br><br>*gotowanie | ryż na mleku (7) 350ml<br>szynka drobiowa 50g<br>ogórek zielony 50g<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml<br><br>*gotowanie | makaron na mleku (1,3,7) 350g<br>twaróg ze śmietaną (7) 60g<br>Rzodkiew biała<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml<br><br>*gotowanie | kasza jaglana na mleku (7) 350ml<br>jajecznica 100g (3,7)<br>szczypior 20g<br>pomidor 50g<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml<br><br>*gotowanie | zacierka na mleku (7,1) 350ml<br>ser żółty (7) 30g<br>kiełbasa szynkowa (1,6) 50g<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)herbata z cukrem i cytryną 250ml<br><br>*gotowanie | kasza kukurydziana na mleku (7) 350ml<br>serek wypasiony 60g (7)<br>pasztetowa z borowikami 30g (6)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml<br><br>*gotowanie |
| OBIAD 12:30 | OBIAD 12:30 | OBIAD 12:30 | OBIAD 12:30 | OBIAD 12:30 | OBIAD 12:30 | OBIAD 12:30 |
| zupa brokułowa 350ml (7,9)<br>gulasz mięsno-warzywny 250g<br>kasza gryczana 180g<br>kompot 250ml<br><br>*gotowanie<br>*duszenie | zupa kalafiorowa 350ml (7,9)<br>bitka ze schabu w sosie (1) 100g<br>ziemniaki 200g<br>fasolka szparagowa z wody 150g<br>kompot 250ml<br><br>*gotowanie<br>*duszenie | zupa krupnik (9,18) 350g<br>kotlet mielony pieczony (1,3,) 100g<br>ziemniaki 200g<br>marchewka z groszkiem 150g (1)<br>kompot 250ml<br><br>*gotowanie<br>*pieczenie | zupa pomidorowa z ryżem 350ml (7,9)<br>gulasz wieprzowy (1) 200ml<br>kompot 250ml<br>ziemniaki 200g<br>surówka z kapusty czerwonej z majonezem (3) 200g<br>kompot 250ml<br><br>*gotowanie<br>*duszenie | zupa jarzynowa 350ml (7,9)<br>ryba panierowana (1,3,4,) 100g<br>ziemniaki 200g<br>surówka z kiszonej kapusty 150g<br>kompot 250ml<br><br>*gotowanie<br>*pieczenie | zupa szczawiowa z jajem (3,7,9) 350ml<br>spaghetti z warzywami i z mięsem 350g (1,3,)<br>kompot 250ml<br><br>*gotowanie<br>*duszenie | rosół z makaronem (1,3,9) 350ml<br>udko pieczone 150<br>ziemniaki 200g<br>kalafior gotowany 200g<br>bułka tarta 20g (1,7)<br>kompot 250ml<br><br>*gotowanie<br>*pieczenie |
| PODWIECZOREK 16:00 | PODWIECZOREK 16:00 | PODWIECZOREK 16:00 | PODWIECZOREK 16:00 | PODWIECZOREK 16:00 | PODWIECZOREK 16:00 | PODWIECZOREK 16:00 |
| Banan szt. | jogurt owocowy (7) 150g<br>Biszkopty 4 szt. (1) | jogurt naturalny 150g (7) | Jabłko szt. | drożdżówka z marmoladą (1,73,) | serek homogenizowany 150g (7) | sok kubuś 300 ml<br>Jabłko |
| KOLACJA 19.30 | KOLACJA 19.30 | KOLACJA 19.30 | KOLACJA 19.30 | KOLACJA 19.30 | KOLACJA 19.30 | KOLACJA 19.30 |
| szynka farmerska (6,1 50g<br>pomidor 50g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml | szynka drobiowa 50g<br>ogórek zielony 50g<br>szczypior 20g<br>olej czosnkowy<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) | kiełbasa szynkowa 15g<br>ser żółty (7) 50g<br>pasta z fasoli 60g<br>pomidor 50g<br>rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml | pieczeń rzymska (1,6,7,9,10) 50g<br>ogórek kiszony 50g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml | kurczak gotowany (17, 6, 7 ) 50g<br>sałata lodowa 30g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml | salceson cesarski (6,) 60g<br>pomidor z sałatą i olejem 60g<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml | SZYNKA KONSERWOWA 50g<br>pomidor z sałatą i olejem 60g<br>serek topiony 20g (7)<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml | | | | | |
| K: 2522.3 / B: 87.9 / T: 70.4 / NKT: 24.3 / WP: 287.4/ F: 27,1 / SÓL: 5.5 | K: 2273.8 / B: 99.4 / T: 62.9 / NKT: 18.3 / WP: 296.4 F: 26.4 / SÓL: 3.4 | K: 2354.7 / B: 91.4 / T: 74.8 / NKT: 23.8 / WP: 295.5 F: 33.3 / SÓL: 4.3 | K: 2108.8 / B: 81.6 / T: 62.3 / NKT: 15.4 / WP: 275.5 F: 25.1 / SÓL: 3.5 | K: 2443.2 / B: 98.5 / T: 82.0 / NKT: 22.8 / WP: 302.9 F: 24.8 / SÓL: 4.5 | K: 2422.5 / B: 96.2 / T: 79.1 / NKT: 26.7/ WP: 285.0 F: 20.4 / SÓL: 3.5 | K: 2348.1 / B: 89.1 / T: 90.2 / NKT: 21.5 / WP: 266.4 F: 23.4 / SÓL: 5.0 |

| 16.11.2026 | 17.11.2026 | 18.11.2026 | 19.11.2026 | 20.11.2026 | 21.11.2026 | 22.11.2026 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ŚNIADANIE 08:00 | ŚNIADANIE 08:00 | ŚNIADANIE 08:00 | ŚNIADANIE 08:00 | ŚNIADANIE 08:00 | ŚNIADANIE 08:00 | ŚNIADANIE 08:00 |
| płatki owsiane na mleku (7,17)350ml<br>pieczeń rzymska (1,6,7,9,10) 50g<br>sałata lodowa 30g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>kawa zbożowa na mleku 250m (7)<br><br>*gotowanie | kasza manna na mleku (7,1) 350g<br>pasta z cieciorki i buraka 60 (3)<br>kiełbasa szynkowa 15g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml<br><br>*gotowanie | ryż na mleku (7) 350ml<br>salceson cesarski (6,) 60g<br>pomidor 50g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml<br><br>*gotowanie | makaron na mleku (1,3,7) 350g<br>szynka drobiowa 50g<br>ogórek zielony 50g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml<br><br>*gotowanie | kasza jaglana na mleku (7) 350ml<br>twaróg ze śmietaną (7) 50g<br>szczypior 20g<br>pomidor 50g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml<br><br>*gotowanie | kasza kukurydziana na mleku (7) 350ml<br>szynka farmerska (6,1 ) 50g<br>sałata lodowa 30g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml<br><br>*gotowanie | zacierka na mleku (7,1) 350ml<br>pasztet z borowikami 50g (6)<br>ogórek kiszony 50g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml<br><br>*gotowanie |
| OBIAD 12:30 | OBIAD 12:30 | OBIAD 12:30 | OBIAD 12:30 | OBIAD 12:30 | OBIAD 12:30 | OBIAD 12:30 |
| zupa żurek z jajem (9,16,3) 350ml<br>filet drobiowy w szpinaku (7)200g<br>ryż 180g<br>kompot 250ml<br><br>*gotowanie<br>*duszenie | zupa chłopska 350g (1,3,9)<br>zupa chłopska 350g (1,3,9)<br>makaron z warzywami i z mięsem (1,3,) 300g<br>kompot 250ml<br><br>*gotowanie<br>*duszenie | zupa węgierska z cukinią i cieciorką 350ml (9,1,10)<br>kluski śląskie 350g<br>sos pieczarkowy z mięsem 200g (1,7)<br>kompot 250ml<br><br>*gotowanie<br>*duszenie | zupa pieczarkowa z makaronem 350g (1,7,9)<br>gołąbki bez zawijania350g<br>sos pomidorowy z papryką 150g (1,7,10)<br>kompot 250ml<br><br>*gotowanie<br>*duszenie | zupa barszcz czerwony z fasolą 350ml (3,7,9)<br>kotlet mielony z ryby 100g (1,3,4)<br>surówka z kiszonej kapusty 150g<br>ziemniaki 200g<br>kompot 250ml<br><br>*gotowanie<br>*pieczenie | zupa szczawiowa z jajem (3,7,9) 350ml<br>makaron z twarogiem i skwarkami 300g (7,1)<br>Jabłko<br>kompot 250ml<br><br>*gotowanie<br>*smażenie | zupa pomidorowa z ryżem 350ml (7,9)<br>bitka ze schabu w sosie (1) 100g<br>bukiet warzyw duszony 150g<br>ziemniaki 200g<br>kompot 250ml<br><br>*gotowanie<br>*duszenie |
| PODWIECZOREK 16:00 | PODWIECZOREK 16:00 | PODWIECZOREK 16:00 | PODWIECZOREK 16:00 | PODWIECZOREK 16:00 | PODWIECZOREK 16:00 | PODWIECZOREK 16:00 |
| kisiel 250ml | drożdżówka z marmoladą (1,73,) | mus owocowy 100g | jogurt owsianka (7,17) 180g | Banan szt. | jogurt owocowy 150g (7) | wafelek w czekoladzie (7,1,5,6) 40g |
| KOLACJA 19:30 | KOLACJA 19:30 | KOLACJA 19:30 | KOLACJA 19:30 | KOLACJA 19:30 | KOLACJA 19:30 | KOLACJA 19:30 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| szynka drewnem wędzona 50g<br>pomidor 50g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml | kurczak gotowany (17, 6, 7 ) 50g<br>ogórek zielony 50g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml | kiełbasa szynkowa (1,6) 50g<br>pomidor 50g<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml | szynka konserwowa 50g<br>sałata lodowa 30g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml | brokuł z jajem i majonezem 50g (3)<br>szynka z tłuszczykiem 30g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml<br>*gotowanie | kurczak w galarecie 60g<br>pomidor 50g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml | serek wypasiony 60g (7)<br>sałata lodowa 30g<br>SZYNKA KONSERWOWA 30g<br>chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)<br>roślinne z mlekowity (7) 20g<br>herbata z cukrem i cytryną 250ml |
| K: 2185.2 / B: 89.5 / T: 66.9 / NKT: 20.3 / WP: 281.0<br>F: 23.6 / SÓL: 5.3 | K: 2353.0 / B: 84.7 / T: 80.3 / NKT: 20.6 / WP: 298.9<br>F: 22.7 / SÓL: 3.4 | K: 2255.5 / B: 72.2 / T: 75.4 / NKT: 20.0 / WP: 302.1<br>F: 25.5 / SÓL: 3.7 | K: 2501.9 / B: 88.4 / T: 77.5 / / NKT: 22.1 / WP: 331.7<br>F: 21.6 / SÓL: 3.3 | K: 2520.1 / B: 91.1 / T: 79.6 / NKT: 19.5 / WP: 289.8<br>F: 28.1 / SÓL: 4.7 | K: 2410.9 / B: 92.3 / T: 53.5 / NKT: 17.4 / WP: 365.4<br>F: 24.6 / SÓL: 6.3 | K: 2197.7 / B: 86.6 / T: 85.1 / NKT: 37.4 / WP: 226.7<br>F: 22.1 / SÓL: 5.4 |

**K [kcal]** – wartość kaloryczna, **B [g]** – białko, **T [g]** – tłuszcze, **NKT[g]** - kwasy tłuszczowe nasycone **WP [g]** – węglowodany, **F [g]** – błonnik, **Sól [g]**

*Forma obróbki cieplnej

Alergeny:

[1] - Zboża zawierające gluten pszenny
[2] – Skorupiaki i produkty pochodne
[3] – Jaja i produkty pochodne
[4] – Ryby i produkty pochodne
[5] – Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
[6] – Soja i produkty pochodne
[7] – Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
[8] – Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały
[9] – Seler i produkty pochodne
[10] – Gorczyca i produkty pochodne
[11] – Nasiona sezamu i produkty pochodne
[12] – Dwutlenek siarki i siarczyny
[13] – Łubin i produkty pochodne
[14] – Mięczaki i produkty pochodne
[15] – Mleko i pochodne bez laktozy
[16] – Zboża zawierające gluten żytni
[17] – Zboża zawierające gluten owsiany
[18] – Zboża zawierające gluten jęczmienny