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.

12.10.2026	13.10.2026	14.10.2026	15.10.2026	16.10.2026	17.10.2026	18.10.2026
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 kiełbasa na ciepło 70g (1,6,10) pomidor 50g Musztarda (10) roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	kasza manna na mleku (7,1) 350g pasta z jaj i twarogu 60g (3,7) ogórek zielony 50g szczypior 20g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	ryż na mleku (7) 350ml szynka z tłuszczykiem 50g sałata lodowa 30g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	makaron na mleku (1,3,7) 350g jajecznica 100g (3,7) pomidor 50g szczypior 20g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	kasza jaglana na mleku (7) 350ml kiełbasa szynkowa (1,6) 50g pomidor z sałatą i olejem 60g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	zacierka na mleku (7,1) 350ml pasztet z borowikami 50g (6) ogórek kiszony 50g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	kasza kukurydziana na mleku (7) 350ml ser żółty (7) 30g SZYNKA KONSERWOWA 30g sałata lodowa 30g roślinne z mlekowity (7) 20g dżem niskosłodzony 30g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie
OBIAD 12:30	OBIAD 12:30	OBIAD 12:30	OBIAD 12:30	OBIAD 12:30	OBIAD 12:30	OBIAD 12:30
zupa z soczewicy (1,9) 350ml pulpet faszerowany fetą 100g sos pomidorowy 50 (1,7) kasza jęczmienna 180g (18) kompot 250ml *gotowanie *duszenie	zupa ogórkowa (1, 7,9)350ml gołąbki bez zawijania 350g (3) sos paprykowy 80g (1) ziemniaki 200g kompot 250ml *gotowanie *duszenie	zupa krupnik 350ml (9,18) bigos z kiszonej kapusty 250g ziemniaki 200g kompot 250ml *gotowanie *duszenie	zupa dyniowa krem z koncentratem pomidorowym 350ml (9) pierogi ze szpinakiem i mięsem 6szt (1) bułka tarta 20g (1,7) Jabłko kompot 250ml *gotowanie	zupa ryżowa 350ml(9) klopsiki z ryby i kalafiora 100g (1,3,4) sos pomidorowy z papryką 150g (1,7,10) marchew tarta z jabłkiem i olejem 150g ziemniaki 200g kompot 250ml *gotowanie *duszenie	zupa żurek z kiełbasą 350ml gulasz mięsno-warzywny 250g makaron 180 (1) kompot z jabłek i suszonych śliwek 250ml *gotowanie *duszenie	rosół z makaronem (1,3,9) 350ml udko pieczone 120g bukiet warzyw duszony 150g ziemniaki 200g kompot z jabłek i suszonych śliwek 250ml *gotowanie *pieczenie
PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00
drożdżówka z marmoladą (1,73,)	Jabłko	jogurt owsianka (7,17) 180g	winogron 150g	Banan	Jogurt naturalny (7)	jogurt owocowy (7) 150g
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 pomidor 50g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g	salceson z indyka (60) sałata lodowa 30g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)	pieczeń rzymska (1,6,7,9,10) 50g brokuł z jajem i majonezem 50g (3) chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)	szynka drobiowa 50g sałata lodowa 30g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)	szynka farmerska (6,1) 50g sałata lodowa 30g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)	kiełbasa szynkowa (1,6) 50g pomidor 50g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)	kurczak gotowany (17, 6, 7) 50g ogórek zielony 50g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)

herbata z cukrem i cytryną 250ml	roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml	roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml	roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml	roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml	herbata z cukrem i cytryną 250ml	roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml
K: 2524.0 / B: 90,6/ T: 90,2 / NKT: 30,0 / WP: 302,8 F: 23,2 / SÓL: 5.9	K: 2491.5 / B: 80.7 / T: 70.0 / NKT: 20.0 / WP: 315.7 F: 27.4 / SÓL: 4,0	K: 2462,2/ B: 82,0 / T: 83,7/ NKT: 23,3 / WP: 258.2 F: 24,3 / SÓL: 5.8	K: 2497.8 / B: 94.1 / T: 83.7 / NKT: 20.7 / WP: 309.1 F: 29.0 / SÓL: 3.8	K: 2319.0 / B: 78.1 / T: 72.4 / NKT: 17,1 / WP: 306.4 F: 25.2 / SÓL: 4,4	K: 2471.7 / B: 94.6 / T: 70.4 / NKT: 24.4 / WP: 343.1 F: 24.1 / SÓL: 4,8	K: 2346.1 / B: 96.8 / T: 80.4 / NKT: 24.7 / WP: 262.0 F: 23.5 / SÓL: 4,9

19.10.2026	20.10.2026	21.10.2026	22.10.2026	23.10.2026	24.10.2026	25.10.2026
ŚNIADANIE 08:30	ŚNIADANIE 08:30	ŚNIADANIE 08:30	ŚNIADANIE 08:30	ŚNIADANIE 08:30	ŚNIADANIE 08:30	ŚNIADANIE 08:30
płatki owsiane na mleku (7,17)350ml pasta z jaj i makreli (3,4) 60g roślinne z mlekowity (7) 20g sałata lodowa 30g szczypior 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	kasza manna na mleku (7,1) 350g salceson z indyka (60) pomidor 50g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	ryż na mleku (7) 350ml pasztet z kruszonką 50g (1,6,3,) ogórek kiszony 50g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	makaron na mleku (1,3,7) 350g pasta z jaj i wędliny 60g (3,6,1) sałata lodowa 30g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	kasza jaglana na mleku (7) 350ml szynka z tłuszczykiem 50g pomidor 50g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	zacierka na mleku (7,1) 350ml pieczeń rzymska (1,6,7,9,10) 50g ogórek zielony 50g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	kasza kukurydziana na mleku (7) 350ml SZYNKA KONSERWOWA 30g ser żółty (7) 30g pomidor 50g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie
OBIAD 12:30	OBIAD 12:30	OBIAD 12:30	OBIAD 12:30	OBIAD 12:30	OBIAD 12:30	OBIAD 12:30
zupa ogórkowa z ryżem 350ml (7,9) kotlet mielony smażony 100g (1,3) marchewka z groszkiem 150g (1) ziemniaki 200g kompot 250ml *gotowanie */smażenie	zupa kalafiorowa 350ml (7,9) gulasz mięsno-warzywny 250g ziemniaki 200g kompot 250ml *gotowanie *duszenie	zupa krem z buraka zakwaszana 350ml (7) grzanki do zupy 30g (1,16) Bitka z karkówki 100g (1,3,7) kapusta biała na gęsto 250g (1) ziemniaki 200g kompot 250ml *gotowanie *duszenie	zupa chłopska 350g (1,3,9) zapiekane naleśniki z warzywami i kurczakiem 2 szt (1,3,7,9) Jabłko kompot 250ml *gotowanie *pieczenie	kapuśniak z kiełbasą (1,9,10) 350ml miruna panierowana 100g (1,3,7) ziemniaki 200g marchew tarta z selerem i majonezem 150g (3,9) kompot 250ml *gotowanie	zupa jarzynowa (7, 9)350ml gulasz wieprzowy (1) 200ml makaron 180 g (1) ogórek kiszony 150g kompot 250ml *gotowanie *duszenie	zupa pomidorowa z ryżem 350ml (7,9) bitka ze schabu w sosie (1) 100g fasolka szparagowa z wody 150g bułka tarta 20g (1,7) ziemniaki 200g kompot 250ml *gotowanie *duszenie
PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00	PODWIECZOREK 16:00
Mus owocowy 100g	Jabłko biszkopty 4szt. 16g	Banan	jogurt owsianka (7,17) 180g	wafelek w czekoladzie (7,1,5,6) 40g	winogron 100g	Banan
KOLACJA 19.30	KOLACJA 19.30	KOLACJA 19.30	KOLACJA 19.30	KOLACJA 19.30	KOLACJA 19.30	KOLACJA 19.30

szynka piecowego 50g pomidor 50g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany 150g herbata z cukrem i cytryną 250ml	szynka drobiowa 50g sałata lodowa 30g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany 150g herbata z cukrem i cytryną 250ml	kiełbasa szynkowa (1,6) 50g pomidor 50g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) herbata z cukrem i cytryną 250ml	pasztet z borowikami 50g (6) chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)) roślinne z mlekowity (7) 20g ogórek zielony 50g herbata z cukrem i cytryną 250ml	szynka farmerska (6,1) 50g sałata lodowa 30g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany 150g herbata z cukrem i cytryną 250ml	kiełbasa szynkowa 15g serek wypasiony 60g (7) ogórek zielony 50g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) herbata z cukrem i cytryną 250ml	kurczak w galarecie 60g pomidor 50g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany 150g herbata z cukrem i cytryną 250ml
K: 2307.6 / B: 84.0 / T: 84.5 / NKT: 22.7 / WP: 270.7 F: 24.3 / SÓL: 4.5	K: 2301,6/ B: 81,5 / T: 62,7 / NKT: 16,7 / WP: 275,3 F: 24,3/ SÓL: 4.1	K: 2100.6 / B: 79,1/ T: 74.1 / NKT: 21,8 / WP: 258.1 F: 26.7 / SÓL: 5,2	K: 2132,5 / B: 88.2 / T: 75,7 / NKT: 28.1 / WP: 261.2 F: 21,5 / SÓL: 5,1	K: 2449.4 / B: 82.0 / T: 74.8 / NKT: 18.6 / WP: 268.4 F: 25.3 / SÓL: 6,3	K: 2479.8 / B: 89.5 / T: 71.5 / NKT: 25,7 / WP: 349.9 F: 23.5 / SÓL: 7,4	K: 2384.5 / B: 92.1 / T: 78.9 / NKT: 23,7 / WP: 296.8 F: 20.8 / SÓL: 5,7

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