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.

28.09.2026	29.09.2026	30.09.2026	01.10.2026	02.10.2026	03.10.2026	04.10.2026
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 szynka z tłuszczykiem 50g roślinne z mlekowity (7) 20g pomidor 50g 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 tuńczyka (3,4) 60g sałata lodowa 30g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) dżem niskosłodzony 30g kawa zbożowa na mleku 250m (7) *gotowanie	ryż na mleku (7) 350ml szynka drobiowa 50g ogórek zielony 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 twaróg ze śmietaną (7) 60g Rzodkiew biała 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 jajecznica 100g (3,7) szczypior 20g pomidor 50g 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 ser żółty (7) 30g kiełbasa szynkowa (1,6) 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 serek wypasiony 60g (7) pasztetowa z borowikami 30g (6) 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 brokułowa 350ml (7,9) gulasz mięsno-warzywny 250g kasza gryczana 180g kompot 250ml *gotowanie *duszenie	zupa kalafiorowa 350ml (7,9) bitka ze schabu w sosie (1) 100g ziemniaki 200g fasolka szparagowa z wody 150g kompot 250ml *gotowanie *duszenie	zupa krupnik (9,18) 350g kotlet mielony pieczony (1,3,) 100g ziemniaki 200g marchewka z groszkiem 150g (1) kompot 250ml *gotowanie *pieczenie	zupa pomidorowa z ryżem 350ml (7,9) gulasz wieprzowy (1) 200ml kompot 250ml ziemniaki 200g surówka z kapusty czerwonej z majonezem (3) 200g kompot 250ml *gotowanie *duszenie	zupa jarzynowa 350ml (7,9) ryba panierowana (1,3,4,) 100g ziemniaki 200g surówka z kiszonej kapusty 150g kompot 250ml *gotowanie *pieczenie	zupa szczawiowa z jajem (3,7,9) 350ml spaghetti z warzywami i z mięsem 350g (1,3,) kompot 250ml *gotowanie *duszenie	rosół z makaronem (1,3,9) 350ml udko pieczone 150 ziemniaki 200g kalafior gotowany 200g bułka tarta 20g (1,7) kompot 250ml *gotowanie *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 Biszkopty 4 szt. (1)	jogurt naturalny 150g (7)	Jabłko szt.	drożdżówka z marmoladą (1,73,)	serek homogenizowany 150g (7)	sok kubuś 300 ml 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 pomidor 50g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml	szynka drobiowa 50g ogórek zielony 50g szczypior 20g olej czosnkowy chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16)	kiełbasa szynkowa 15g ser żółty (7) 50g pasta z fasoli 60g pomidor 50g rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml	pieczeń rzymska (1,6,7,9,10) 50g ogórek kiszony 50g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml	kurczak gotowany (17, 6, 7) 50g sałata lodowa 30g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml	salceson cesarski (6,) 60g pomidor z sałatą i olejem 60g roślinne z mlekowity (7) 20g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) herbata z cukrem i cytryną 250ml	SZYNKA KONSERWOWA 50g pomidor z sałatą i olejem 60g serek topiony 20g (7) chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml

	roślinne z mlekowity (7) 20g 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

05.10.2026	06.10.2026	07.10.2026	08.10.2026	09.10.2026	10.10.2026	11.10.2026
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 pieczeń rzymska (1,6,7,9,10) 50g sałata lodowa 30g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g kawa zbożowa na mleku 250m (7) *gotowanie	kasza manna na mleku (7,1) 350g pasta z cieciorki i buraka 60 (3) kiełbasa szynkowa 15g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	ryż na mleku (7) 350ml salceson cesarski (6,) 60g pomidor 50g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	makaron na mleku (1,3,7) 350g szynka drobiowa 50g ogórek zielony 50g 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 twaróg ze śmietaną (7) 50g szczypior 20g pomidor 50g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	kasza kukurydziana na mleku (7) 350ml szynka farmerska (6,1) 50g sałata lodowa 30g 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 pasztet z borowikami 50g (6) ogórek kiszony 50g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g 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 żurek z jajem (9,16,3) 350ml filet drobiowy w szpinaku (7)200g ryż 180g kompot 250ml *gotowanie *duszenie	zupa chłopska 350g (1,3,9) zupa chłopska 350g (1,3,9) makaron z warzywami i z mięsem (1,3,) 300g kompot 250ml *gotowanie *duszenie	zupa węgierska z cukinią i cieciorką 350ml (9,1,10) kluski śląskie 350g sos pieczarkowy z mięsem 200g (1,7) kompot 250ml *gotowanie *duszenie	zupa pieczarkowa z makaronem 350g (1,7,9) gołąbki z mięsem 350g sos pomidorowy z papryką 150g (1,7,10) kompot 250ml *gotowanie *duszenie	zupa barszcz czerwony z fasolą 350ml (3,7,9) kotlet mielony z ryby 100g (1,3,4) surówka z kiszonej kapusty 150g ziemniaki 200g kompot 250ml *gotowanie *pieczenie	zupa szczawiowa z jajem (3,7,9) 350ml makaron z twarogiem i skwarkami 300g (7,1) Jabłko kompot 250ml *gotowanie *smażenie	zupa pomidorowa z ryżem 350ml (7,9) bitka ze schabu w sosie (1) 100g bukiet warzyw duszony 150g 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
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 pomidor 50g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml	kurczak gotowany (17, 6, 7) 50g ogórek zielony 50g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g 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) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml	szynka konserwowa 50g sałata lodowa 30g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml	brokuł z jajem i majonezem 50g (3) szynka z tłuszczykiem 30g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml *gotowanie	kurczak w galarecie 60g pomidor 50g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml	serek wypasiony 60g (7) sałata lodowa 30g SZYNKA KONSERWOWA 30g chleb mieszany graham, rodzinny 100g (1,16) roślinne z mlekowity (7) 20g herbata z cukrem i cytryną 250ml
K: 2185.2 / B: 89.5 / T: 66.9 / NKT: 20.3 / WP: 281.0 F: 23.6 / SÓL: 5.3	K: 2353.0 / B: 84.7 / T: 80.3 / NKT: 20.6 / WP: 298.9 F: 22.7 / SÓL: 3.4	K: 2255.5 / B: 72.2 / T: 75.4 / NKT: 20.0 / WP: 302.1 F: 25.5 / SÓL: 3.7	K: 2501.9 / B: 88.4 / T: 77.5 / / NKT: 22.1 / WP: 331.7 F: 21.6 / SÓL: 3.3	K: 2520.1 / B: 91.1 / T: 79.6 / NKT: 19.5 / WP: 289.8 F: 28.1 / SÓL: 4.7	K: 2410.9 / B: 92.3 / T: 53.5 / NKT: 17.4 / WP: 365.4 F: 24.6 / SÓL: 6.3	K: 2197.7 / B: 86.6 / T: 85.1 / NKT: 37.4 / WP: 226.7 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