

	czwartek 2025-01-02	piątek 2025-01-03	sobota 2025-01-04	niedziela 2025-01-05	poniedziałek 2025-01-06	wtorek 2025-01-07	środa 2025-01-08
Obiad	<p>Ziemniaki purée 200g</p> <p>Kompot z jabłek 240g Woda, Jabłko, Cukier, Goździki w proszku</p> <p>Zupa pomidorowa z makaronem (żywienie zbiorowe) 301g (01, 03, 07, 09) Kości, wywar, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Makaron czterojajeczny, Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Sól biała, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p> <p>Pulpeciki drobiowe w sosie koperkowym 149g (01, 03, 07) Mięso mielone z indyka, Jaja kurze całe, Śmietana, 12% tłuszczu, Marchew, Bułka tarta, Kasza manna, Cebula, Koper ogrodowy, Mąka pszenna, typ 500, Pieprz czarny, Sól biała</p> <p>Surówka z marchwi (żywienie zbiorowe) 150g Marchew, Cukier, Sól biała</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Paluszki rybne 100g</p> <p>Kompot z jabłek bez cukru 240g Woda, Jabłko</p> <p>Zupa buraczkowa (żywienie zbiorowe) 300g (07, 09) Kości, wywar, Buraki, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu, Sól biała, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 150g Kapusta pekińska, Jabłko, Marchew, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sok z cytryny, Oliwa z oliwek</p>			<p>Makaron z sosem miesno - warzywnym Bolognese 350g (01) Makaron bezjajeczny, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Wieprzowina, łopatka, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Sól biała, Bazylia, suszona, Pieprz czarny, Papryka w proszku</p> <p>Kompot z jabłek bez cukru 240g Woda, Jabłko</p> <p>Zupa jarzynowa 300g (07, 09) Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Mięso z ud kurczaka, ze skórą, Ziemniaki, średnio, Śmietana, 18% tłuszczu, Kalafior, mrożony, Brokuły, mrożone, Fasolka szparagowa, mrożona, Przyprawa "Jarzynka", Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty 150g Kapusta czerwona, Jabłko, Cebula, Marchew, Cytryna, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy</p> <p>Pieczona pierś kurczaka w przyprawie gyros 150g Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Przyprawa do gyros</p> <p>Kompot z jabłek 250g Woda, Jabłko, Cukier, Goździki w proszku</p> <p>Zupa krupnik 300g (01, 07, 09) Woda, Włoszczyzna świeża, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Ziemniaki, średnio, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Kasza jęczmienna, perłowa, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>	<p>Jabłko 160g</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 50g (07)</p> <p>Brzoskwinia w syropie 20g</p> <p>Kompot z jabłek 250g Woda, Jabłko, Cukier, Goździki w proszku</p> <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami (żywienie zbiorowe) 300g (07, 09) Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Ogórek kiszony, Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu, Sól biała, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p> <p>Naleśniki żytnie z twarogiem 300g (01, 03, 07) Mleko spożywcze, 1,5% tłuszczu, Truskawki, mrożone, Mąka żytnia, typ 720, Ser twarogowy (twaróg) chudy, Jaja kurze całe, Olej rzepakowy</p>
Suma	E: 646.27 B: 27.69 , T: 16.88 , W: 103.41 ,	E: 534.85 B: 22.85 , T: 15.25 , W: 82.28 ,			E: 949.81 B: 40.66 , T: 30.16 , W: 135.02 ,	E: 639.37 B: 44.08 , T: 20.79 , W: 76.86 ,	E: 613.02 B: 25.03 , T: 17.12 , W: 95.24 ,

	czwartek 2025-01-09	piątek 2025-01-10	sobota 2025-01-11	niedziela 2025-01-12	poniedziałek 2025-01-13	wtorek 2025-01-14	środa 2025-01-15
Obiad	<p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Surówka z marchewki i selera z sokiem z cytryny 150g (09) Seler korzeniowy, Marchew, Cytryna, Olej rzepakowy</p> <p>Kompot z jabłek 250g Woda, Jabłko, Cukier, Goździki w proszku</p> <p>Zupa grochowa (żywienie zbiorowe) 300g (07, 09) Kości, wywar, Groch, nasiona suche, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu, Cukier, Sól biała, Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone</p> <p>Kotlet schabowy (żywienie zbiorowe) 100g (01, 03, 07) Wieprzowina, schab surowy bez kości, Jaja kurze całe, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu, Mąka pszenna, typ 500, Sól biała, Pieprz czarny</p>	<p>Banan 130g</p> <p>Zupa minestrone (wersja wiosenna) 300g (07) Woda, Kapusta biała, Fasola czerwona z puszki, Ziemniaki, wczesne, Szparagi, Brokuły, Cukinia, Bulion warzywny, Makaron penne pełnoziarnisty, Cebula, Ser Grana Padano, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia, świeża, Ziele angielskie całe, Papryka ostra chili suszona, Liście laurowe, suszone</p> <p>Pierogi z kapusta i grzybami 298g (01) Mąka pszenna, typ 550, Kapusta kiszona, Cebula słodka, Pieczarki smażone, Grzyby suszone (różne rodzaje), Olej rzepakowy, Sól biała, Pieprz czarny</p>			<p>Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana 200g (01)</p> <p>Surówka z buraczków 150g Buraki, Cebula, Cytryna, Olej rzepakowy, Miód pszczeli</p> <p>Lekkostrawny schab duszony w lekkim sosie 150g (01, 09) Woda, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Mąka pszenna, typ 500, Kostka warzywna bez glutamianu sodu, Majeranek suszony, Tymianek suszony, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p> <p>Kompot z jabłek 250g Woda, Jabłko, Cukier, Goździki w proszku</p> <p>Zupa fasolowa 300g (09) Wieprzowina, żeberka, Ziemniaki, późne, Boczek wędzony bez kości, Włoszczyzna świeża, Fasola biała, nasiona suche, Cebula, Czosnek, Majeranek suszony, Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Kompot z jabłek 250g Woda, Jabłko, Cukier, Goździki w proszku</p> <p>Rosół z makaronem (żywienie zbiorowe) 300g (01, 03, 09) Kości, wywar, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Makaron czterojęczny, gotowany, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Kurkuma mielona, Sól biała, Pieprz czarny</p> <p>Kurczak pieczony z jabłkami w majeranku 150g Noga (udo) kurczaka, Jabłko, Olej rzepakowy, Czosnek, Majeranek suszony</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty (żywienie zbiorowe) 150g Kapusta czerwona, Cebula, Olej rzepakowy, Cukier, Sól biała</p>	<p>Kasza kuskus 200g (01)</p> <p>Surówka z marchwi (żywienie zbiorowe) 150g Marchew, Cukier, Sól biała</p> <p>Kompot z jabłek 250g Woda, Jabłko, Cukier, Goździki w proszku</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem (żywienie zbiorowe) 301g (07, 09) Kości, wywar, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Ryż biały, Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p> <p>Bitki wieprzowe w sosie pieczeniowym 149g (01) Wieprzowina, schab surowy bez kości, Cebula, Mąka pszenna, typ 500, Olej rzepakowy, Ziele angielskie całe, Pieprz czarny, Liście laurowe, suszone, Sól biała</p>
Suma	E: 725.57 B: 37.95, T: 21.57, W: 105.41,	E: 863.26 B: 21.52, T: 28.85, W: 135.44,			E: 1083.66 B: 59.11, T: 41.18, W: 130.57,	E: 616.65 B: 28.08, T: 24.49, W: 76.76,	E: 1285.2 B: 57.17, T: 20.8, W: 219.18,

	czwartek 2025-01-16	piątek 2025-01-17	sobota 2025-01-18	niedziela 2025-01-19	poniedziałek 2025-01-20	wtorek 2025-01-21	środa 2025-01-22
Obiad	<p>Kompot z jabłek 250g Woda, Jabłko, Cukier, Goździki w proszku</p> <p>Zupa brokułowa 301g (07, 09) Włoszczyzna świeża, Brokuły, Ziemniaki, późne, Kości, wywar, Śmietana, 18% tłuszczu, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Sól biała, Przyprawa "Jarzynka", Czosnek</p> <p>Kotlet de volaille (żywienie zbiorowe) 120g (01, 03, 07) Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe, Bułka tarta, Mąka pszenna, typ 500, Olej rzepakowy, Masło ekstra</p> <p>Marchewka z groszkiem (żywienie zbiorowe) 150g (01, 07) Marchew, Groszek zielony, konserwowy, Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Sól biała, Cukier</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką i natką pietruszki 150g Kapusta kiszona, Cebula, Cukier, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny</p> <p>Lekkostrawne pulpeciki rybne 150g (01, 03, 04, 09) Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Dorsz, świeży, Jaja kurze całe, Oliwa z oliwek, Koncentrat bulionu drobiowego (thermomix) (produkt), Cebula, Mąka pszenna, typ 500, Ksylitol - cukier brzoźowy, Olej rzepakowy, Czosnek, Liście laurowe, suszone</p> <p>Kompot z jabłek 250g Woda, Jabłko, Cukier, Goździki w proszku</p> <p>Zupa szczawiowa z jajkiem (żywienie zbiorowe) 300g (03, 07, 09) Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, Szczaw, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Jaja kurze całe, gotowane, Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone</p>			<p>Zupa kapuśniak z kwaśnej kapusty (żywienie zbiorowe) 301g (09) Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, Kapusta kwaszona, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Boczek wędzony bez kości, Cebula, Cukier, Papryka w proszku, Sól biała, Ziele angielskie całe</p> <p>Surówka z marchwi (żywienie zbiorowe) 150g Marchew, Cukier, Sól biała</p> <p>Kompot z truskawek, bez cukru 250g Woda, Truskawki</p> <p>Makaron w sosie jogurtowym z brokułem i kurczakiem 300g (07) Brokuły, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Makaron pełnoziarnisty (razowy, pełne ziarno), Cebula, Oliwa z oliwek, Czosnek</p>	<p>Kopytka 200g</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty 150g Kapusta czerwona, Jabłko, Cebula, Marchew, Cytryna, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy</p> <p>Barszcz ukraiński (żywienie zbiorowe) 300g (07, 09) Kości, wywar, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Kapusta biała, Ziemniaki, średnio, Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Sól biała, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p> <p>Kompot z jabłek bez cukru 240g Woda, Jabłko</p> <p>Klopsik wieprzowy w sosie pieczarkowym 148g (01, 07) Wieprzowina, łopatka, Pieczarki smażone, Śmietana, 18% tłuszczu, Kasza manna, Cebula, Bułka tarta, Sól biała, Pieprz czarny</p>	<p>Kasza bulgur, gotowana 200g (01)</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej z cebulką i natką pietruszki 150g Kapusta kiszona, Cebula, Cukier, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny</p> <p>Zupa kalafiorowa (żywienie zbiorowe) 300g (07, 09) Kości, wywar, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu, Cukier, Sól biała, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p> <p>Kompot z jabłek 250g Woda, Jabłko, Cukier, Goździki w proszku</p> <p>Gulasz wieprzowy (żywienie zbiorowe) 150g (07, 09) Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Cebula, Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu, Olej rzepakowy, Sól biała, Papryka w proszku</p>
Suma	E: 556.29 B: 30.13 , T: 20.13 , W: 74.47 ,	E: 646.21 B: 23.22 , T: 24.95 , W: 92.45 ,			E: 522.76 B: 30.15 , T: 10.47 , W: 84.96 ,	E: 823.36 B: 35.01 , T: 27.02 , W: 116.74 ,	E: 702.45 B: 15 , T: 35.79 , W: 92.18 ,

	czwartek 2025-01-23	piątek 2025-01-24
Obiad	<p>Ziemniaki, gotowane 400g</p> <p>Kurczak duszony z czerwoną papryką (thermomix) 147g (09) Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Papryka czerwona, Pieczarki, świeże, Sos pomidorowy w puszcze lub kartoniku, Cebula, Woda, Oliwa z oliwek, Czosnek, Koncentrat bulionu drobiowego (thermomix) (produkt), Gałka muszkatałowa w proszku</p> <p>Kompot z jabłek 250g Woda, Jabłko, Cukier, Goździki w proszku</p> <p>Surówka obiadowa z ogórków świeżych, kiszonych i koperku 150g Ogórek świeży (długi), Ogórek kiszony, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Szcypiorek</p> <p>Zupa neapolitańska (żywienie zbiorowe) 302g (01, 03, 07, 09) Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Makaron czterojajeczny, Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu, Ser topiony Edamski, Ser żółty Gouda tłusty, Sól biała, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>	<p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Pieczony kotlet rybny 100g (01, 03, 04, 07) Mintaj, świeży, Marchew, Jaja kurze całe, Bułka tarta, Masło ekstra, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sok z cytryny</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty 150g Kapusta czerwona, Jabłko, Cebula, Cytryna, Marchew, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki)</p> <p>Kompot z jabłek bez cukru 250g Woda, Jabłko</p> <p>Zupa żurek (żywienie zbiorowe) 300g (07, 09) Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona, Boczek wędzony bez kości, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Śmietanka kremowa, 36% tłuszczu, Czosnek, Sól biała, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</p>
Suma	<p>E: 1172.61 B: 42.68, T: 43.78, W: 162,</p>	<p>E: 532.3 B: 26.3, T: 14.95, W: 78.73,</p>

Legenda alergenów

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne