



MENU

05.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa ze świeżych warzyw	42.0	1.3	1.8	6.3	9.3	Seler, gluten, mleko
Makaron penne	348.0	14.6	1.4	75.0	8.0	Gluten
Sos pomidorowy	58.5	0.9	4.5	4.3	127.7	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

06.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Rosół z makaronem	43.8	4.1	0.4	6.5	24.3	Seler, gluten, jaja
Kotlecik mielony	293.3	14.4	23.3	7.6	73.9	Gluten, jaja, mleko
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.4	6.2	Mleko
Surówka z kapusty młodej	32.7	1.7	0.3	7.0	20.3	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

07.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa kalafiorowa	25.4	1.3	0.5	4.6	16.0	Seler, mleko
Kurczak w potrawce	165.8	13.7	8.6	8.6	42.9	Gluten, mleko
Ryż	344.0	6.7	0.7	78.9	6.0	Brak
Marchewka zasmażana na maselku	68.6	1.0	4.3	8.3	78.4	Mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

08.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa pomidorowa z makaronem	30.9	1.1	0.8	5.5	6.8	Seler, gluten, mleko, jaja
Paluszki rybne	147.7	15.8	6.2	7.6	89.9	Ryby, gluten, jaja, mleko
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	7.3	Mleko
Surówka z kapusty kiszzonej	19.0	1.2	8.0	6.0	260.0	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

11.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Krupnik z kaszy jęczmiennej	111.3	2.6	2.2	22.5	61.1	Seler, gluten
Makaron spaghetti z sosem bolognese	27.7	6.0	0.9	30.8	1.2	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

12.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Rosół z makaronem	43.8	4.1	0.4	6.5	24.3	Seler, gluten, jaja
Kotlet pożarski	102.0	5.6	4.3	12.0	8.0	Gluten, mleko, jaja
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.4	6.2	Mleko
Surówka z kapusty młodej z jogurtem	32.7	1.7	0.3	7.0	20.3	Mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

13.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Kremik z cukinii z grzankami	45.5	4.1	0.4	6.5	24.3	Seler, mleko
Gulasz wieprzowy	201.3	8.6	5.9	30.7	56.5	Seler, gluten, mleko
Kasza bulgur	342.0	12.3	1.3	75.9	17.0	Gluten
Salatka z ogórków kiszonych	200.0	2.2	20.0	10.7	300.0	Brak
Woda mineralna z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

14.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa pomidorowa z ryżem	20.1	0.6	0.7	3.3	8.7	Seler
Filet z piersi kurczaka w panierce kukurydzianej	164.5	18.8	6.7	7.6	76.5	Gluten, mleko, jaja
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.4	6.2	Mleko
Surówka z marchewki z ananasem	72.0	1.0	0.0	18.0	10.0	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

15.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa marchewkowa	73.1	2.2	4.0	8.0	90.7	Seler, gluten, mleko, jaja
Filet z ryby w chrupiącej panierce	58.0	13.4	1.7	0.0	30.0	Mleko, Gluten, ryba
Brokuł na parze z masłem	26.0	2.2	0.4	2.4	0.1	Brak
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	7.3	Mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

18.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa ogórkowa	29.9	0.9	0.9	4.8	137.1	Seler, Gluten
Makaron spaghetti	27.7	6.0	0.9	30.8	1.2	Brak
sos carbonara	150.5	11.0	5.2	16.5	220.4	Jaja, Gluten, mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

19.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa pomidorowa z makaronem	30.9	1.1	0.8	5.5	6.8	Seler, gluten, mleko, jaja
Pulpeciki wieprzowe w sosie koperkowym	193.9	14.1	11.2	9.6	0.6	Gluten, mleko, jaja
Ziemniaki z wody	87.7	2.0	1.6	16.8	7.3	Mleko
Mix warzyw na parze	65.5	2.0	1.0	10.0	10.1	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

20.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Rosół z makaronem	43.8	4.1	0.4	6.5	24.3	Seler, gluten, jaja
Nuggetsy z kurczaka	137.1	18.2	1.9	12.2	159.2	Gluten, mleko, jaja
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	7.3	Mleko
Surówka z selera z brzoskwinia	53.5	1.4	2.3	8.9	69.3	Seler
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

21.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Kapuśniak ze słodkiej kapusty	52.9	5.6	0.5	7.5	192.4	Seler, Gluten, mleko
Zrazik wieprzowy w sosie pieczeniowym	193.9	14.1	11.2	9.6	0.6	Gluten, mleko, jaja
Pyzy	230.0	7.0	3.3	45.5	11.0	Brak
Buraczki zasmażane	68.3	1.6	2.2	10.5	270.8	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

22.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Barszcz zabieleny z makaronem	30.7	1.1	13.4	4.8	146.9	Jaja, gluten, mleko
Kostka rybna	73.9	16.1	0.6	0.0	30.8	Ryby, gluten, jaja, mleko
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	7.3	Mleko
Surówka królewska	32.7	1.9	8.3	5.4	62.3	Seler, jaja
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

25.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa jesienna	42.0	1.3	1.8	6.3	9.3	Seler
Naleśniki z serem	134.0	11.9	1.9	18.0	42.6	Jaja, Gluten, mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

26.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Rosół z makaronem	43.8	4.1	0.4	6.5	24.3	Seler, gluten, jaja
Sos słodko-kwaśny z kurczakiem i warzywami	92.0	1.2	0.0	20.2	347.0	Brak
Ryż	344.0	6.7	0.7	78.9	6.0	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

27.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa dyniowa z pestkami dyni	29.9	1.6	0.9	5.5	312.4	Seler
Kotlet schabowy panierowany	225.3	18.4	13.7	7.6	65.9	Jaja, Gluten, mleko
Ziemniaki puree	87.7	2.0	1.6	16.8	7.3	Mleko
Kapusta kiszona zasmażana	19.0	1.2	8.0	6.0	260.0	Brak
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak

28.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa z zielonego groszku	42.9	3.6	0.9	6.5	260.4	Mleko
sos myśliwski	31.5	6.0	5.2	3.5	102.4	Brak
Pyzy	249.7	7.0	3.3	46.8	1.2	Brak
Surówka colesław	78.0	1.3	2.6	12.4	23.0	Mleko
Woda mineralna	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak



MENU

29.09.2023

Posiłek [100g]	Energia [kcal]	Białko [g]	Tłuszcz [g]	Węgl. [g]	Sód [mg]	Alergeny
Zupa pomidorowa z makaronem	30.9	1.1	0.8	5.5	6.8	Seler, gluten, mleko, jaja
Surimi panierowane	202.7	8.8	13.2	14.6	69.9	Ryby, gluten, jaja, mleko
Ziemniaki z masłem i koperkiem	109.7	2.0	4.2	16.4	6.2	Mleko
Surówka z kapusty białej	32.7	1.7	4.2	16.7	6.2	Mleko
Woda mineralna z sokiem	20.0	0.0	0.0	0.0	1.0	Brak