

D. podstawowa										
	Niedziela 02.08.2026 r.	Poniedziałek 03.08.2026 r.	Wtorek 04.08.2026 r.	Środa 05.08.2026 r.	Czwartek 06.08.2026 r.	Piątek 07.08.2026 r.	Sobota 08.08.2026 r.	Niedziela 09.08.2026 r.	Poniedziałek 10.07.2026 r.	Wtorek 11.08.2026r.
Śniadanie/II Śniadanie	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (mleko), galaretką drobiową 150g, cytryna 10g, sałata masłowa 10g, ogórek zielony 50g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko), pasztet 70g (seler, soja, gorczyca, mleko), sałata masłowa 10g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb razowy100g (zboża zawierające gluten), herbata 250 ml	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (zboża zawierające gluten, soja, mleko), szynka z pasieki 50g, pomidor 50g, sałata masłowa 10g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboże zawierające gluten), Herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną350ml (zboża zawierające gluten, mleko), schab z kija 50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko),pasta jajeczna 70g (gorczyca, jaja, mleko), sałata masłowa 10g, ogórek zielony 50g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z ryżem350ml (zboża zawierające gluten, mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), masło 10g (mleko), sałatka jarzynowa 100g, (seler, gorczyca mleko, jaja), sałata masłowa 10g, herbata 250ml	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), schab z kija50g, sałata masłowa 10g, pomidor 50g masło 10g(mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (zboża zawierające gluten, mleko), pierś z indyka (mleko, soja) 50g sałata masłowa 10g, ogórek zielony 50g , masło 10g(mleko), chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), herbata 250m	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), polędwica z pasieki 50g,pomidor 50g, sałata masłowa 10g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g(zboża zawierające gluten), herbata 250ml	Zupa mleczna z kaszą manną 350ml(zboża zawierające gluten, mleko), pasztet 70g (seler, soja, gorczyca, mleko), sałata masłowa10g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb razowy 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml
Obiad/ Podwieczorek	Zupa makaronowa 350 (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja), mięso drobiowe pieczone 100g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej 120g, sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja, orzechy), ryż z jabłkami prażonymi i cynamonem z dodatkiem oleju roślinnego 300g (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzeszki ziemne),sos budyniowy (zboża zawierające gluten, mleko, soja) 100ml, mandarynka 70g, kompot 250 ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa ryżowa bez zabielenia 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, jaja, seler), Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 150g (110g/40g) (zboża zawierające gluten, jaja), Ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, buraczki 120g, sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa koperkowa z ziemniakami i ciecierzycą 350ml (zboża zawierające gluten, mleko, gorczyca, soja, lubin, seler, jaja,orzechy), filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g (100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), ryż z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Pomidorowa z zacierką 350ml (zboża zawierające gluten, soja, seler, gorczyca, lubin, jaja, mleko orzechy), filet drobiowy gotowany w sosie pietruszkowym 150g (100/50)(zboża zawierające gluten, mleko), surówka z marchewki z jabłkiem 120g(mleko), sałata lodowa 10g kompot 250ml (zboża zawierające	Zupa szpinakowa 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, lubin, soja, jaja, seler, mleko, orzechy), kotlet z ryby pieczony 100 g (zboża zawierające gluten, jaja, ryba), warzywa po grecku 100g (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200ml, sałata lodowa 10g kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko)	Zupa jarzynowa z ziemniakami i soczewicą 350ml(zboża zawierające gluten, gorczyca, lubin, mleko, jaja, soja, seler, orzechy), łopatka wieprzowa, mielona, duszona z sosem warzywno pomidorowym 150g (80g/70g) (zboża zawierające gluten), makaron dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten, soja, gorczyca, lubin), sałata lodowa z warzywami i jogurtem naturalnym 100g (mleko), kompot 250ml(zboża	Rosół z makaronem 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, lubin, soja, seler), schab pieczony 130g(90g/40g) ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z białej kapusty i marchewki 120g, sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające	Zupa krupnik 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, lubin, mleko, seler, jaja, orzechy), gulasz z fileta drobiowego gotowany z jarzynami 150g(90g/60g) (zboża zawierające gluten, seler), ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem roślinnym 120g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	Zupa ziemniaczana 350ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, lubin, jaja, mleko, orzechy), gulasz wieprzowy gotowany 150g (90g/60g)(zboża zawierające gluten), kasza jęczmienna z dodatkiem oleju roślinnego 200g (zboża zawierające gluten), surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, kompot 250ml (zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)

					gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)		zawierające gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)	gluten, gorczyca, soja, seler, jaja, mleko, orzechy)		
Kolacja/ II Kolacja	połędwica z pasieki 50g, pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko), mandarynka 80g	Pierś z indyka 50g (mleko, soja), pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), herbata 250ml, Jogurt naturalny 100g(mleko),	pasta jajeczna 70g (gorczyca, jaja, mleko), papryka czerwona 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), kawa zabiellana 250ml(zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	pasta z sera i makreli w pomidorach 70g (zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), ogórek zielony 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabiellana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), jabłko 100g	galaretką drobiowa 150g, cytryna, sałata masłowa 10g, kawa zabiellana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten), mandarynka 80g	twaróg w plastrach 50g (mleko), pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno - żytni 100g (zboża zawierające gluten), kakao 250ml (mleko) arbuz 70g	Pasta z ryby z twarogiem 70g(zboża zawierające gluten, ryba, soja, seler, mleko, gorczyca), ogórek zielony 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabiellana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) 250 ml jabłko 100g	Pasta z szynki i jajka 70g (mleko, jaja, gorczyca), pomidor 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), kawa zabiellana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko), arbuz 70g	Szynka z pasieki 50g, papryka czerwona 50g, Masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g(zboża zawierające gluten, mleko), kawa zabiellana 250ml (zboża zawierające gluten, mleko) pomarańcza 80g	Polędwica z pasieki 50g, papryka czerwona 50g, masło 10g (mleko), chleb pszenno-żytni 100g (zboża zawierające gluten), Herbata 250ml, Jogurt owocowy 100g (mleko)

* substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji zaznaczono pogrubionym drukiem w odniesieniu do załącznika

* możliwe odchylenia +/- 10 %

*kuchnia zastrzega sobie prawo do możliwości wymiany potrawy, składnika lub produktu z powodu przyczyn niezależnych od niej – sytuacje losowe

DIETETYK
Katarzyna Ciosek

mgr Inż.
MARIOLA DUBOWORZAŃSKA
DIETETYK