

Dzień 01.07.2026 ŚRODA	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Metka 50g Serek topiony plaster ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony plaster ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek topiony plaster ² 1szt.
OWOC	Jabłko 1szt.	Jabłko 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Paszтет lekki 25g
Obiad	Zupa jarzynowa ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Gołąbek bez zwijania ^{1,4} 120g Sos pomidorowy ^{1,2,3} 120g Kapusta biała gotowana 120g	Zupa jarzynowa ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Gołąbek bez zwijania ^{1,4} 120g Sos pomidorowy ^{1,2,3} 120g Kalafior 120g	Zupa jarzynowa ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Gołąbek bez zwijania ^{1,4} 120g Sos pomidorowy ^{1,2,3} 120g Kapusta biała gotowana 120g
Podwieczorek	Lubiś ^{1,2} 1szt.	Lubiś ^{1,2} 1szt.	Mus jabłkowy 100%
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z wędliny ² 50g Serek topiony trójkąt ² 1szt.	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z wędliny ² 50g Serek topiony trójkąt ² 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z wędliny ² 50g Serek topiony trójkąt ² 1szt.

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tulin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 02.07.2026 CZWARTEK	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek ziołowy ² 50g Szynka 30g	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek ziołowy ² 50g Szynka 30g	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek ziołowy ² 50g Szynka 30g
OWOC	Gruszka 1szt.	Banan 1szt.	Gruszka 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Serek topiony plaster ² 1szt.
Obiad	Krem brokułowo-selerowy ^{1,2,3} 350ml Kasza 200g Gulasz drobiowo-wieprzowy ^{1,2} 200g Buraczki 120g	Krem brokułowo-selerowy ^{1,2,3} 350ml Kasza 200g Gulasz drobiowo-wieprzowy lekki ^{1,2} 200g buraczki 120g	Krem brokułowo-selerowy ^{1,2,3} 350ml Kasza 200g Gulasz drobiowo-wieprzowy lekki ^{1,2} 200g buraczki 120g
Podwieczorek	Mus owocowy 1szt.	Mus owocowy 1szt.	Wafle ryżowe 2szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty ² 50g Szynka 30g	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser topiony plaster ² 2szt. Szynka 30g	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty ² 50g Szynka 30g

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tulin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 03.07.2026 PIĄTEK	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Twaróg ² 50g Dżem 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Twaróg ² 50g Dżem 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Twaróg ² 50g Ser żółty ² 25g
OWOC	Gruszka 1szt.	Banan 1szt.	Gruszka 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Serek topiony plaster ² 1szt.
Obiad	Zupa porowa ^{1,2,3} 350 ml Ziemniaki ² 200g Jajo gotowane ⁴ 2szt. Sos koperkowy 120g Kalafior 120g	Zupa porowa ^{1,2,3} 350 ml Ziemniaki ² 200g Jajo gotowane ⁴ 2szt. Sos koperkowy 120g Kalafior 120g	Zupa porowa ^{1,2,3} 350 ml Ziemniaki ² 200g Jajo gotowane ⁴ 2szt. Sos koperkowy 120g Kalafior 120g
Podwieczorek	Deser ryżowy ² 1szt.	Deser ryżowy ² 1szt.	Sok warzywny 1szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z tuńczyka ^{2,3,4,5} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z tuńczyka ^{2,3,4,5} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z tuńczyka ^{2,3,4,5} 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tubin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 04.07.2026 SOBOTA	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek topiony trójkąt ² 1szt	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek topiony trójkąt ² 1szt	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek topiony trójkąt ² 1szt
OWOC	Jabłko 1szt.	Jabłko 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Szynka 25g
Obiad	Zupa hiszpańska ^{1,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Shoarma smażona 120g Sos pieczeniowy lekki ^{1,2} 120g Kalafior 120g	Zupa hiszpańska ^{1,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Shoarma gotowana 100g Sos pieczeniowy lekki ^{1,2} 120g Kalafior 120g	Zupa hiszpańska ^{1,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Shoarma gotowana 100g Sos pieczeniowy lekki ^{1,2} 120g Kalafior 120g
Podwieczorek	Owsianka w tubce 1szt.	Owsianka w tubce 1szt.	Wafle ryżowe 2szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tulin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 05.07.2026 NIEDZIELA	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Parówka 1szt. Ketchup 1szt. Serek topiony plaster ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Parówka 1szt. Ketchup 1szt. Serek topiony plaster ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Parówka 1szt. Ketchup 1szt. Serek topiony plaster ² 1szt.
OWOC	Mandarynka 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.	Mandarynka 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Serek śmietankowy ² 1szt.
Obiad	Rosół z makaronem ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Szynka pieczona 120g Sos pieczeniowy ^{1,2,3} 120g Warzywa paski 120g	Rosół z makaronem ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Szynka gotowana 120g Sos pieczeniowy ^{1,2,3} 120g Warzywa paski 120g	Rosół z makaronem ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Szynka gotowana 120g Sos pieczeniowy ^{1,2,3} 120g Warzywa paski 120g
Podwieczorek	Mini rogalik ^{1,2,4} 1szt.	Mini rogalik ^{1,2,4} 1szt.	Wafle ryżowe 2szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt.	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt.

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tulin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 06.07.2026 PONIEDZIAŁEK	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek czosnkowy 50g Szynka 30g	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek czosnkowy 50g Szynka 30g	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Serek czosnkowy 50g Szynka 30g
OWOC	Banan 1szt.	Banan 1szt.	Grejpfrut ½ szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Paszтет lekki 25g
Obiad	Zupa kalafiorowa ^{1,2,3} 350ml Makaron ¹ 200g Sos boloński ^{1,2,3} 200g	Zupa kalafiorowa ^{1,2,3} 350ml Makaron ¹ 200g Sos boloński ^{1,2,3} 200g	Zupa kalafiorowa ^{1,2,3} 350ml Makaron RAZOWY ¹ 200g Sos boloński ^{1,2,3} 200g
Podwieczorek	Deser ryżowy ² 1szt.	Deser ryżowy ² 1szt.	Sok warzywny 1szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z wędliny ² 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z wędliny ² 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Pomidor 50g Pasta z wędliny ² 50g Serek topiony kremowy ² 1szt.

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tulin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 07.07.2026 WTOREK	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek topiony plaster ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek topiony plaster ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Paszтет lekki ^{1,2,6} 50g Serek topiony plaster ² 1szt.
OWOC	Gruszka 1szt.	Banan 1szt.	Gruszka 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Serek topiony kremowy ² 1szt.
Obiad	Krem pieczarkowy ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Kotlet drobiowy panierowany ^{1,2,4} 120g Surówka z białej kapusty z marchewką 120g	Krem pieczarkowy ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Filet z kurczaka gotowany 120g Sos ziołowy ^{1,2,3} 120g Brokuł 120g	Krem pieczarkowy ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki ² 200g Filet z kurczaka gotowany 120g Sos ziołowy ^{1,2,3} 120g Surówka z białej kapusty z marchewką 120g
Podwieczorek	Baton zbożowy ^{1,2} 1szt.	Baton zbożowy ^{1,2} 1szt.	Sok pomidorowy 1szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka makaronowa ^{1,2,4} 150g Serek topiony trójkąt ² 1szt.	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka makaronowa ^{1,2,4} 150g Serek topiony trójkąt ² 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka makaronowa ^{1,2,4} 150g Serek topiony trójkąt ² 1szt.

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tulin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 08.07.2026 ŚRODA	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g dżem 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g dżem 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt.
OWOC	Mandarynka 1szt.	Jabłko pieczone 1szt.	Mandarynka 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Serek topiony trójkąt ² 1szt.
Obiad	Zupa minestrone ^{1,2,3} 350 ml Ryż 200g Kurczak w sosie teriyaki z warzywami 200g	Zupa minestrone ^{1,2,3} 350 ml Ryż 200g Kurczak w sosie teriyaki z warzywami 200g	Zupa minestrone ^{1,2,3} 350 ml Ryż 200g Kurczak w sosie teriyaki z warzywami 200g
Podwieczerek	Babka piaskowa ^{1,2,4} 50g	Babka piaskowa ^{1,2,4} 50g	Sok pomidorowy 1szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty ² 50g Szynka 30g	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser topiony plaster ² 2szt. Szynka 30g	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Ser żółty ² 50g Szynka 30g

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – łubin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 09.07.2026 CZWARTEK	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Metka 50g Serek śmietankowy ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Szynka 50g Serek śmietankowy ² 1szt.
OWOC	Gruszka 1szt.	Banan 1szt.	Gruszka 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Szynka 25g
Obiad	Zupa ogórkowa z wkładką ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki 200g Rumsztyk wieprzowy z cebulką 120g Buraczki 120g	Krem z zielonych warzyw ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki 200g Rumsztyk gotowany 120g Buraczki 120g	Zupa ogórkowa z wkładką ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki 200g Rumsztyk gotowany 120g Buraczki 120g
Podwieczorek	Mus owocowy 1szt.	Mus owocowy 1szt.	Wafle ryżowe 2szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka ryżowa ^{1,2,4} 150g Serek topiony kremowy ² 1szt.	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka ryżowa ^{1,2,4} 150g Serek topiony kremowy ² 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Sałatka ryżowa ^{1,2,4} 150g Serek topiony kremowy ² 1szt.

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – łubin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.



Dzień 10.07.2026 PIĄTEK	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta cukrzyca
Śniadanie	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Jajo gotowane 1szt. Serek topiony plaster ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt owocowy ² 1szt Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Jajo gotowane 1szt. Serek topiony plaster ² 1szt.	Kawa zbożowa ¹ 300ml Jogurt naturalny ² 1szt Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, Mix warzyw (ogórek/pomidor + zielenina) 50g Jajo gotowane 1szt. Serek topiony plaster ² 1szt.
OWOC	Gruszka 1szt.	Banan 1szt.	Gruszka 1szt.
2 śniadanie			Chleb razowy ¹ 50g, masło ² 10g Serek topiony kremowy ² 1szt.
Obiad	Zupa pomidorowa ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki 200g Gzik ² 200g Cebulka 15g	Zupa pomidorowa ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki 200g Gzik ² 200g	Zupa pomidorowa ^{1,2,3} 350ml Ziemniaki 200g Gzik ² 200g
Podwieczorek	Ciasto drożdżowe z owocami ^{1,2,4} 1szt.	Ciasto drożdżowe z owocami ^{1,2,4} 1szt.	Sok warzywny 1szt.
Kolacja	Chleb pszenno-żytni ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z tuńczyka ^{2,3,4,5} 50g Serek topiony trójkąt ² 1szt.	Chleb pszenny ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z tuńczyka ^{2,3,4,5} 50g Serek topiony trójkąt ² 1szt.	Chleb razowy ¹ 100g, masło ² 15g, herbata 300ml Ogórek zielony 50g Pasta z tuńczyka ^{2,3,4,5} 50g Serek topiony trójkąt ² 1szt.

ALERGENY:

1 – gluten	7 – skorupiaki
2 – mleko	8 – orzechy
3 – seler	9 – gorczyca
4 – jaja	10 – dwutlenek siarki i siarczany
5 – ryby	11 – tulin
6 – soja	12 – mięczaki

Zastrzegamy sobie prawo do zmian w jadłospisie.

