

Data	Wartości Odżywcze i adnotacja	ŚNIADANIE	OBIAŁ	PODWIECZOREK
<p>20.04.2026</p> <p>PONIE DZIAŁEK</p> <p>Alergeny: 1,3,7,9</p>	<p>E[kcal]1031</p> <p>B[g]:31</p> <p>T[g]:32</p> <p>W[g]:128</p>	<p>herbata, pieczywo mieszane, masło, ser, szynka, sałata</p> <p>II. banan</p>	<p>-zurek-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, sól, pieprz, liście laurowe, ziele angielskie, ziemniaki, kielbasa, zakwas, czosnek, majeranek</p> <p>-kotlek schabowy-80 g Składniki: schab wieprzowy, sól, pieprz, jaja, bułka tarta, mąka -ziemniaki puree -150 g -surówka włoska-50 g Składniki: kapusta, ogórek, pomidor, sól, olej rzepakowy, natka pietruszki -woda niegazowana z cytryną -200 ml</p>	<p>Herbata- 200ml, kasza manna z sokiem owocowym</p> <p>- warzywa</p>
<p>21.04.2026</p> <p>WTG ROK</p> <p>Alergeny: 1,3,7,9</p>	<p>E[kcal]1028</p> <p>B[g]:31</p> <p>T[g]:30</p> <p>W[g]:131</p>	<p>herbata, pieczywo mieszane, masło ,szynka, serek topiony, pomidor</p> <p>II. jabłko</p>	<p>-zupa kalafiorowa-250 ml Składniki: wywar warzywny (seler, por, pietruszka, marchew), ziemniaki, kasza, sól, ziele angielskie, liście laurowe, ziemniaki, kalafior, śmietana, natka pietruszki</p> <p>-nugetsy -80 g Składniki: filet z kurczaka, sól, papryka słodka, mąka, jaja, płatki kukurydziane -ziemniaki -150 g Surówka z kapusty pekińskiej Składniki: kapusta pekińska, kukurydza, papryka, ogórek, sól, pieprz, majonez -woda niegazowana z pomarańczą-200 ml</p>	<p>Mleko, drożdżówka z rodzynkami</p> <p>Składniki: mąka, jaja, mleko, masło, cukier , drożdże, rodzynki</p> <p>-warzywa</p>
<p>22.04.2026</p> <p>Środa</p> <p>Alergeny: 1,3,7,9</p>	<p>E[kcal]1030</p> <p>B[g]:30</p> <p>T[g]:31</p> <p>W[g]:129</p>	<p>kakao, pieczywo mieszane z masłem, wędlina, paszтет, ogórek</p> <p>II. gruszka</p>	<p>-zupa ziemniaczana-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, natka pietruszki, ziemniaki, boczek wędzony, natka pietruszki</p> <p>-pieczeń wieprzowa -80 g Składniki: mięso wieprzowe, mąka, sól, pieprz -ziemniaki-150 g -buraczki-50 g Składniki: buraczki, sól, cukier, ocet -woda niegazowana z pomarańczą-200 ml</p>	<p>herbata, bułka maślana, serek waniliowy</p> <p>- warzywa</p>
<p>23.04.2026</p> <p>Czwartek</p> <p>Alergeny: 1,3,4,7,9</p>	<p>E[kcal]1034</p> <p>B[g]:31</p> <p>T[g]:29</p> <p>W[g]:130</p>	<p>kakao, pieczywo mieszane, masło, wędlina, sałata</p> <p>II. pomarańcza</p>	<p>-zupa ryżowa-250 ml Składnik: wywar drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe, ziemniaki, ryż, natka pietruszki</p> <p>-filet z pstrąga-80 g Składniki: filet z pstrąga, sól, pieprz, mąka -ziemniaki-150 g -surówka z marchewki i jabłka-50 g Składniki: marchewka, jabłko, cukier, śmietana -woda niegazowana z cytryną i miętą-200 ml</p>	<p>Herbata, 200 ml, owsianka na mleku z jabłkiem</p> <p>- warzywa</p>
<p>24.04.2026</p> <p>PIĄTEK</p> <p>Alergeny: 1,3,7,9</p>	<p>E[kcal]1025</p> <p>B[g]:28</p> <p>T[g]:30</p> <p>W[g]:128</p>	<p>herbata, pieczywo mieszane z masłem, twarożek, szczypiorek</p> <p>II. jabłko</p>	<p>-zupa ogórkowa- 250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, ziemniaki, ogórki kiszane, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, koperek, śmietana -makaron z jogurtem truskawkowym-200 g Składniki: makaron, jogurt naturalny, truskawki, cukier - woda niegazowana z cytryną</p>	<p>Kawa zbożowa z mlekiem, kisiel owocowy</p> <p>- warzywa</p>