

Data	Wartość odżywcza (odfospisu)	ŚNIADANIE	DNIAR	PODWIECZOREK
<p>6.04.2026</p> <p>PONIEDZIAŁEK</p>			<p>PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY</p>	
<p>7.04.2026</p> <p>WTOROK</p> <p>Alergeny: 1,3,7,9</p>	<p>E[kcal]:1025 B[g]:32 T[g]:30 W[g]:130</p>	<p>herbata ,pieczywo mieszane,masło ,wędlina, ser,pomidor</p> <p>II.banan</p>	<p>-zupa pomidorowa-250 ml Składniki:wywar warzywny(seler,por,pietruszka,marchew),koncentrat pomidorowy,sól,ziele angielskie,liście laurowe,śmietana,natka pietruszki,makaron -kotlet schabowy-80 g Składniki:schab wieprzowy,sól,pieprz,maka -ziemniaki-150g -warzywa gotowane-50 g Składniki:mieszanka warzywna,sól,cukier -woda niegazowana z pomarańczą-200 ml</p>	<p>herbata, owsianka na mleku</p> <p>-warzywa</p>
<p>8.04.2026</p> <p>Sroda</p> <p>Alergeny: 1,3,7,9</p>	<p>E[kcal]:1020 B[g]:30 T[g]:29 W[g]:122</p>	<p>kakao,pieczywo mieszane z masłem, szynka ,ogórek</p> <p>II. jabłko</p>	<p>-zupa marchwiowa-250 ml Składniki:wywar warzywny,marchew,seler,por,pietruszka korzeń,ziele angielskie,liść laurowy,sól,pieprz,natka pietruszki,ziemniaki,marchew -pierś z kurczaka-80 g Składniki:pierś z kurczaka,sól,papryka słodka,jaja,maka -ziemniaki-150 g -surówka z białej kapusty-50 g Składniki:kapusta,marchew,sól,cukier,olej rzepakowy,sok z cytryny,natka pietruszki -woda niegazowana z pomarańczą-200 ml</p>	<p>herbata,bułka maślana, krem czekoladowy</p> <p>-warzywa</p>
<p>9.04.2026</p> <p>Czwartek</p> <p>Alergeny: 1,3,7,9</p>	<p>E[kcal]:1030 B[g]:31 T[g]:29 W[g]:125</p>	<p>mleko pieczywo mieszane, masło, wędlina,salata</p> <p>II.pomarańcza</p>	<p>-zupa ogórkowa-250 ml Składnik:wywar warzywny,marchew,seler,por,pietruszka korzeń,sól,pieprz,ziele angielskie,liście laurowe,ziemniaki,ogórki kiszane,natka pietruszki,śmietana -spaghetti bolognese-200 g Składniki:mięso mielone,pomidory,cebula,koncentrat pomidorowy,sól,pieprz,oregano,makaron -woda niegazowana z cytryną i miętą-200 ml</p>	<p>herbata 200 ml, kasza manna z sokiem</p> <p>-warzywa</p>
<p>10.04.2026</p> <p>PIĄTEK</p> <p>Alergeny: 1,3,4,7,9</p>		<p>herbata ,pieczywo mieszane z masłem, pasta jajeczna,szczypiorek</p> <p>II.gruszka</p>	<p>-krupnik- 250 ml Składniki:wywar warzywny,marchew,seler,por,pietruszka korzeń,kasza,ziemniaki,śmietana,sól, pieprz,ziele angielskie,liść laurowy -kotlet rybny-80 g Składniki:filety rybne,sól,pieprz,maka,jaja,bułka tarta -ziemniaki-150 g -surówka z kapusty kiszonej 50 g Składniki:kapusta kiszona,cebula,sól,cukier,olej rzepakowy -woda niegazowana z cytryną</p>	<p>herbata, jogurt owocowy</p> <p>-warzywa</p>