

Data	Wartości Odżywcze jednostki	ŚNIADANIE	OBIAŁ	PODWIECZOREK
<b>8.06.2026</b> <b>PONIE</b> <b>DZIAŁO</b>  Alergeny: <b>1,3,7,9</b>	E(kcal)1030 B(g):34 T(g):33 W(g):132	<b>kakao, pieczywo mieszane, masło, wędlina, pomidor</b>  II. arbuz	<b>-zupa pomidorowa z ryżem-250 ml</b> <b>Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, sól, pieprz, liście laurowe, ziele angielskie, koncentrat pomidorowy, ryż, śmietana, natka pietruszki</b> <b>-pieczeń wieprzowa -80 g</b> <b>Składniki: mięso wieprzowe, sól, pieprz, mąka</b> <b>-ziemniaki puree -150 g</b> <b>-fasolka szparagowa-50 g</b> <b>Składniki: fasolka, sól, cukier, masło, bułka tarta</b> <b>-woda niegazowana z cytryną -200 ml</b>	<b>Herbata- 200ml, budyń z sokiem owocowym</b>  <b>- warzywa</b>
<b>9.06.2026</b> <b>WTE</b> <b>ROK</b>  Alergeny: <b>1,3,7,9</b>	E(kcal)1020 B(g):30 T(g):30 W(g):130	<b>mleko, pieczywo mieszane, masło, parówki na ciepło, sos pomidorowy</b>  II. jabłko	<b>-krupnik -250 ml</b> <b>Składniki: wywar warzywny(seler, por, pietruszka, marchew), ziemniaki, kasza, sól, ziele angielskie, liście laurowe, natka pietruszki, śmietana</b> <b>-racuchy-200 g</b> <b>Składniki: mąka, jaja, cukier, mleko, masło</b> <b>-woda niegazowana z pomarańczą-200 ml</b>	<b>Kawa zbożowa na mleku, drożdżówka z rabarborem</b>  <b>Składniki: mąka, jaja, mleko, masło, cukier, drożdże, rabarbar</b>  <b>-warzywa</b>
<b>10.06.2026</b> <b>Środa</b>  Alergeny: <b>1,3,7,9</b>	E(kcal)1030 B(g):31 T(g):31 W(g):141	<b>herbata, pieczywo mieszane z masłem, wędlina, paszтет, ogórek</b>  II. banan	<b>-zupa jarzynowa-250 ml</b> <b>Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, ziemniaki, marchewka, kalafior, brokuły, fasolka, natka pietruszki, śmietana</b> <b>-pierś z kurczaka po parysku-80 g</b> <b>Składniki: filet z kurczaka, sól, papryka słodka, mąka, jaja</b> <b>-ziemniaki puree z koperkiem-150 g</b> <b>-grostek z marchewką-50 g</b> <b>Składniki: marchewka, groszek, sól, cukier, masło, mąka</b> <b>-woda niegazowana z pomarańczą-200 ml</b>	<b>kakao, bułka maślana, dżem niskosłodzony</b>  <b>-warzywa</b>
<b>11.06.2026</b> <b>Czwartek</b>  Alergeny: <b>1,3,7,9</b>	E(kcal)1032 B(g):35 T(g):32 W(g):135	<b>Herbata, pieczywo mieszane, masło, ser, szynka, ogórek</b>  II. jogurt owocowy	<b>-zupa ziemniaczana-250 ml</b> <b>Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, ziemniaki, boczek wędzony, natka pietruszki</b> <b>-gulasz -80 g</b> <b>Składniki: mięso wieprzowe, cebula, papryka, cukinia, sól, pieprz, koncentrat pomidorowy, śmietana, mąka</b> <b>-kasza -150 g</b> <b>-ogórek kiszony 50 g</b>  <b>-woda niegazowana z miętą-200 ml</b>	<b>Herbata, owsianka na mleku z jabłkiem</b>  <b>-warzywa</b>
<b>12.06.2026</b> <b>PIĄTA</b>  Alergeny: <b>1,3,4,7,9</b>	E(kcal)1025 B(g):25 T(g):32 W(g):130	<b>herbata, pieczywo mieszane z masłem, twarożek, rzodkiewka</b>  II. gruszka	<b>-zupa grochowa- 250 ml</b> <b>Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, ziemniaki, groch, kiebasa, majeranek, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</b> <b>-figurki rybne rybne -80 g</b> <b>Składniki: filety rybne, mąka, jaja, bułka tarta, sól, pieprz</b> <b>-ziemniaki-150 g</b> <b>-surówka z kapusty pekińskiej-50 g</b> <b>Składniki: kapusta pekińska, kukurydza, papryka ogórek, sól, pieprz, majonez</b> <b>- woda niegazowana z cytryną</b>	<b>Herbata, galaretki owocowa z sosem waniliowym</b>  <b>- warzywa</b>