

2026-06-22- poniedziałek



śniadanie

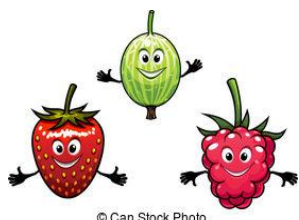
Chrupki kukurydziane do zupy mlecznej 20g 'Mleko świeże Mleczarnia Wieprz 3,2% 150g (7)
Masto 10g *(7) Dżem owocowy niskosłodzony 10g, pieczywo mieszane 50g *(1)
Herbata owocowa 200ml

obiad



Zupa jarzynowa zabieleną na wywrze warzywnym 250g *(9,7)
Mieszany makaron jasny i ciemny z sosem bolońskim pomidorowym – ser holenderski 250g
Owocowy kompot 200ml *(1,7,)

podwieczorek Rogalik z masą kakaową 100g, *(1,3)
Herbata z sokiem 200ml



© Can Stock Photo



2026-06-23 wtorek



śniadanie

Szynka wędzona 20g, masło 10g *(7) pomidor 10g, zielona sałata 0,5g
Pieczywo mieszane 50g *(1), Herbata z cytryną 150g

obiad



Rosół z tartym ciastem i warzywami na wywarze wołowo-drobiowym 250g *(9,1,3)
Filecik drobiowy smażony 50g *(1,3)
Zielone ogóreczki w śmietanie ze świeżym koperkiem 50g *(7)
Ziemniaki gotowane 100g,
Kompot z owoców mieszanych 150g



podwieczorek Naturalny jogurt grecki z granolą i musem owocowym 100g *(1,7)

2026-06-24 środa

śniadanie



Parówki z szynki na gorąco 50g, sos pomidorowy łagodny 10g ,masło 10g *(7)
Ser żółty 20g*(7),Pieczywo mieszane 50g *(1) Herbata z cytryną 150g

obiad

Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny na zakwasie z buraczków 250g *(9,7)
Pierogi leniwe z serem okraszone masłem 250g *(1,7,3)
Kompot z owoców mieszanych 250 ml

podwieczorek Owoc Jabłko, paluszki naturalne *(1)



2026-06-25 czwartek



śniadanie

Serek wiejski 20 *(7) zielony ogórek 20g, masło 10g, *(7)
pieczywo mieszane 50g, *(1) Herbata z cytryną 150g,



obiad

Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze jarzynowym delikatnie zabieleną 250 g
*(1,3,9,7)

Pieczeń z łopatki duszona w sosie pieczeniowym 70g/20g *(1)

Kasza jęczmienna gotowana 100g *(1)

Surówka z młodej białej kapusty z marchwią, koperkiem i cebulką 50g

Kompot z owoców mieszanych 150g

podwieczorek Świeży - Arbuz 150g



2026-06-26- Piątek

śniadanie

Pasta jajeczna ze szczypiorem 40 *(3), pomidor 20g, masło 10g, *(7)
bułki kajzerki 50g *(1) Herbata z sokiem owocowym 150ml

obiad

Zupa ogórkowa z ryżem i warzywami na wywarze jarzynowym 250g *(1,9,7)

Ryba smażona morszczuk 50g (mielona w formie kotlecika rybnego) *(4,3,1)

Ziemniaki 100g

Tarta Marchew z ananasem 50g*(7)

Kompot z owoców mieszanych 150g

podwieczorek Jogurt owocowy 120g *(7)



2026-06-29 - poniedziałek



śniadanie

Płatki kukurydziane 20g

Mleko "Mleczarnia Wieprz" 3,2% tłuszczu 150g, *(7)

konfitura 10g, masło 10g *(7)

Pieczywo mieszane 50g *(1) Herbata 200ml

obiad

Zupa pieczarkowa na wywarze warzywnym 250g, *(1,7,9)

Ryż na mleku z musem owocowym 250g *(7)

Kompot z mieszanych owoców 200ml

podwieczorek Owoc – Banan, Sok 100% tłoczony Dolina Czerska 150ml

2026-06-30 wtorek



śniadanie

Kiełbasa szynkowa 20g, twarożek 20g *(7), ogórek 20g, sałata zielona 5g, masło 10g *(7)

Herbata z cytryną 200 ml

obiad

Zupa ryżanka ze świeżą natką na wywarze mięsnym 250g, *(9)

Kurczak w sosie śmietanowym ze szczypiorkiem 50g *(1,7)

Buraczki czerwone tarte 50g,

Kluski śląskie 50g

Kompot owocowy 200ml



podwieczorek Ucierano ciasto z owocami 100g (1,3) ,Sok 100%tłoczony

2026-07-01 - środa



śniadanie

Polędwica drobiowa 20g , ser żółty 10g*(7), ogórek 20g,
_masło 10g, (7), pieczywo mieszane 50g (1) Kakao 250m *(7)

obiad

Zupa wiejska z ziemniakami z kielbaską na wywarze mięsnym 250ml *(9)
Łazanki z kielbasa i warzywami 200g *(1,7,3)
Kompot owocowy 150g

podwieczorek :Witaminowa surówka z marchewki, ananasa i jabłka z jogurtem naturalnym 100g
*(7) wafelek naturalny



2026-07-02 - czwartek



śniadanie

Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g*(3), pomidor 20g, masło 10g, *(7)
chleb razowy 50g *(1) herbata z cytryną 150g

Krem z zielonych warzyw na wywarze warzywnym z groszkiem ptysiowym 250 g, *(9,1)
Kotlet schabowy z serem 50g*(1,3,7)
Ziemniaki gotowane 100g
Mizeria ze śmietanką i szczypiorkiem 50g*(7)



Kompot z owoców mieszanych 150g

podwieczorek ; Koktajl truskawkowy z jogurtem naturalnym 150ml *(7), rureczka biskoptowa *(1)

2026-07-03 - Piątek



śniadanie:

Ser żółty 20g *(7) sałata zielona 5g, pomidor 10g

ogórek zielony 10g, masło 10g *(7), Pieczywo mieszane 50g *(1) Herbata z cytryną 150g

obiad

Krupnik z jarzynami z kaszą jaglaną na wywarze mięsnym 250g *(1,9,7)

Paluszki rybne 50g *(4,3,1)

Ziemniaki gotowane 100g

Surówka z kapusty pekińskiej 50g

Kompot owocowy z dodatkiem aronii 200ml

podwieczorek Kisiel owocowy 150ml *(1) ,Owoc :0,5 szt jabłka



- ZGODNIE Z INFORMACJAMI OD PRODUCENTÓW UŻYTE PRODUKTY GOTOWE
- NP(KAKAO,HERBATA ,KECZUP,KONCENTRAT POMIDOROWYPRODUKTY Z MIĘSA)
- MOGĄ ZAWIERAĆ ŚLADOWE ILOŚCI ALERGENÓW ,GLUTENU ,MLEKA ŁĄCZNIE Z LAKTOZĄ ,JAJ,SOI,ORZECHÓW,,SELER,GORCZYCY

Legenda - Wykaz alergenów

- 1) Zboża zawierające gluten
- 2) Skorupiaki
- 3) Jaja i produkty pochodne
- 4) Ryby i produkty pochodne
- 5) Orzechy ziemne i produkty pochodne
- 6) Soja i produkty pochodne
- 7) Mleko i produkty pochodne
- 8) Orzechy tj. włoskie, migdały i produkty pochodne
- 9) Seler
- 10) Gorczyca oraz produkty z nich otrzymane
- 11) Nasiona sezamu
- 12) Dwutlenek siarki i siarczyny
- 13) Łubin oraz produkty z nich otrzymane
- 12) Mięczaki