

2026-07-06- poniedziałek



śniadanie

Płatki kukurydzyane do mleka 20g
"Mleko świeże Mleczarnia Wieprz 2% tłuszczu" 150g,*(7),
Masto 10g *(7),Dżem z owoców leśnych niskosłodzony 10g,
Pełnoziarniste pieczywo 50g,*(1)
Herbata z cytryną



obiad

Zupa ogórkowa z warzywami zabiela na wywarze warzywnym *(9,7) 250g
Makaron spaghetti z sosem pomidorowym i mięsem 250g *(9,1)
Kompot z owoców mieszanych 150g

podwieczorek

Budyń z musem truskawkowym 120ml*(7,1)



2026-07-07 wtorek

śniadanie

Jajko gotowane na twardo z sosem jogurtowo - majonezowym 50g*(3,7)
szynka wieprzowa wędzona 20g,masto 10g, *(7)
rzodkiewka 10g, Bułka grahamka 50g (1),Herbata z mlekiem 150g(7)



obiad

Zupa pomidorowa z makaronem jajecznym, zabiela na wywarze warzywnym 250g
*(3,7,9,1)
Smażona pierś z kurczaka w złocistej panierce 50g *(1,3)
Ziemniaki gotowane "gniecione" 100g,
Buraczki 100g
Kompot owocowy z mieszanych owoców 200g

podwieczorek

Owoc -Banan





2026-07-08- środa

śniadanie

Kiełbaski na gorąco 100g , sos pomidorowy 10g, masło 10g*(7),
serek wiejski 20g,*(7) szczypior 0,5g, Pieczywo mieszane *(1) 50g, Herbata z cytryną 150g

obiad

Domowa zupa z czerwonych buraczków i warzyw z dodatkiem białej fasolki 250g *(1,9)
Naleśniki z serem oprószone cukrem pudrem 50g*(3,1,7)
Kompot z owoców mieszanych 250 ml

podwieczorek

Kanapka z serem i warzywami 100g *(1,7)
Sok 100%



2026-07-09 czwartek

śniadanie

Serek twarogowy ze szczypiorkiem 50g *(7),
pomidor 20g, masło 10g *(7), pieczywo graham 50g *(1),
Herbata z cytryną 150g,

obiad

Rosół z makaronem na wywarze mięsny 250 g *(1,3,9)
Mięsko drobiowe ala Gyros w delikatnym sosie 50g *(1,9)
Ryż po meksykańsku 100g
Surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem 50g *(7)
Kompot z owoców mieszanych 150g

podwieczorek Galaretka z bitą śmietaną *(7,.)jabłko

2026-07-10- Piątek



śniadanie

Ser żółty z dziurami 20g *(7), szczypior na kanapkę, pomidor 20g, masło 10g *(7)
butki ziarniste 50g *(1), Herbata z sokiem 150g,

obiad

Barszcz biały na naturalnym zakwasie z ziemniakami 250g *(1,7,9)
Ryba (morszczuk) smażona 60g *(4,1,3)
Sałatka z marchwi, selera i jabłka 50g *(9,7)
Ziemniaki 100g
Kompot z owoców mieszanych 150g



podwieczorek

Arbuz ,Wafelek kukurydziany



2026-07-13- poniedziałek



śniadanie

Płatki kukurydziane z mlekiem "Mleczarnia Wieprz" 2% tłuszczu 150g, *(7)
Dżem owocowy niskostodzony 10g,
masło 10g *(7)
Pieczywo pełnoziarniste 50g*(1), Herbata i cytryną 200ml



obiad

Zupa jarzynowa z warzyw sezonowym z dodatkiem natki (wywar warzywny) 250g, *(7,9)
Ryż pełnoziarnisty z kurczakiem i warzywami 170g, *(9)
Kompot z mieszanych owoców 150g

podwieczorek

Owoc-brzoskwinia Ciasteczko biszkoptowe z małą zawartością cukru *(1,3)

2026-07-14 wtorek

śniadanie

Chatka z kruszonką 50g *(3,7,1), masło 10g *(7), ¹ Serek homogenizowany 100g, *(7)
Naturalne kakao *(7)

obiad

Rosół z makaronem literki jajeczne z marchwią i natką 250g, *(1,3,9)
Drobiowa pierś w cieście 50g *(2,1)
Zielona sałata z pomidorem i zieloną cebulką – sos vinegret 50g, *(6)
Ziemniaki gotowane 100g
Kompot owocowy 200ml

podwieczorek

Kisiel owocowy 120ml*(1) ,Wafelek kukurydziany

2026-07-15 - środa



śniadanie

Kurczak gotowany "Tarczyński" 20g, ogórek konserwowy 10g,
pomidor 20g, masło 10g, *(7)
chleb razowy 50g, *(1) herbata z mlekiem 150g,*(7)



obiad

Delikatny krem warzywno-grochowy z grzankami na wywarze warzywnym *(1,9) 250ml
Kroket z mięsem w sosie koperkowym 100g
*(1,3,7)
Surówka Ciesław 50 g*(3)
Kompot owocowy 150g

podwieczorek Koktajl owocowy domowej roboty z truskawkami *(7), wafelek ryżowy

2026-07-16 czwartek

Kiełbasa Krakowska 20g, pomidory 20g, masło 10g*(7), pieczywo mieszane 50g*(1),
Herbata z cytryną 150g

obiad

Zupa jarzynowa z warzywami i kaszą jaglaną 250g,*(9,1,7)
Pieczeń wieprzowa w delikatnym sosie 50g*(1)
Kasza 100g*(1)
Sałatka z czerwonej kapusty 50g,
Kompot owocowy 150ml



podwieczorek

"Ciasto Cynamonowe" 100g*(1,7,3)
Kawa zbożowa inka na mleku 150ml *(1,7)

2026-07-17 - Piątek

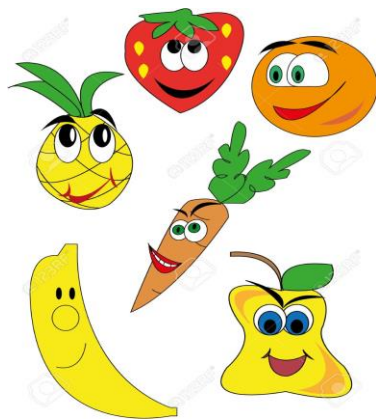
Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g*(3), sałata zielona 5g, pomidor 10g
ogórek zielony 10g, masło 10g*(7), Pieczywo mieszane 50g*(1), Herbata z cytryną 150g

obiad

Barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny na wywarze warzywnym 250g, *(9,7)
Paluszki rybne 50g *(4,1,3)
Ziemniaki gotowane 100g
Surówka z kapusty pekińskiej 50g
Kompot owocowy z dodatkiem aronii 200ml



podwieczorek Jogurt owocowy -150g *(7)



- 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,ORZECÓW,,SELENA,GORCZYCY

- 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