2026-11-23- poniedziałek

śniadanie

Płatki kukurydziane, Mleko "Mleczarnia Wieprz" 2% tłuszczu 150g, *(7)
pomidor 20g, masło 10g *(7),wędlina 20g ,
Pieczywo pełnoziarniste 50g,*(1) Herbata z cytryną 150g

obiad

Zupa jarzynowa zabielana z natką pietruszki (na wywarze jarzynowym) 250g *(9,7)
Makaronowe świderki z sosem bolońskim i serem żółtym 200g, *(1,7)
Kompot z mieszanych owoców bez cukru 200ml



podwieczorek Owoc-mandarynka ,Kisiel owocowy bez cukru 150 ml*(1)

2026-11-24- wtorek

śniadanie

Pasztet drobiowy swojski 20g*(1) , zielona sałata 2g ,masło 10g *(7), 0,5szt jajka *(3)
Bułka kajzerka 50g*(1),Herbata bawarka 200 ml *(7)

obiad

Zupa kalafiorowa z warzywami i ziemniakami na wywarze warzywnym 250g *(9,7)
Kluski na parze z polewą czekoladową gorzką 250g*(1,7,3)
Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250 ml



podwieczorek Jogurt naturalny z musli i owocem 100g*(7,1)

2026-11-25 środa

śniadanie

Serek twarogowy ucierany z rzodkiewką 30g *(7), szynka drobiowa wiejska wędzona 20g, chleb graham 50g *(1) masło 10g *(7)
Bawarka delikatna herbata z mlekiem 200ml *(7)

obiad

Ogórkowa zupa z ryżem i warzywami na wywarze warzywnym 250g *(9,7)
Paluch drobiowy 60g *(1,3)
Buraczki gotowane domowe z jogurtem 50g *(7)
Ziemniaki gotowane 100g
Kompot owocowy bez cukru 200ml

podwieczorek Owoc-Jabłko ,Paluch kukurydziany

2026-11-26- czwartek

śniadanie

Polędwica drobiowa 20g ,masło 10g*(7),pomidor 10g ,serek do chleba 20g *(7)
Pieczywo pełnoziarniste słonecznikowe 100g *(1)
Herbata z niewielkim dodatkiem soku 100% 200ml

obiad

Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze jarzynowym 250g *(9,7,1)
Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 50g*(1)
Kasza jęczmienna gotowana 100g *(1)
Czerwona kapusta 50g
Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250 ml

podwieczorek Serek homogenizowany 75g*(7),owoc

2026-11-27 piątek

JADŁOSPIS

śniadanie

Ser żółty 20g *(7) ,pomidor 10g , masło 10g *(7), ogórek zielony 20g,
Pieczywo mieszane 50g *(1),
Herbata z niewielkim dodatkiem soku 100% 200ml



obiad

Zupa z fasolki szparagowej na wywarze warzywnym 250g *(9)
Paluszki rybne 50g *(1,3,4)
Ziemniaki 100g
Kapusta kiszona 50g
Kompot owocowy bez cukru 200ml

podwieczorek; Owoc-pomarańcza ,blaciki owsiane *(1)

2026-11-30- poniedziałek

śniadanie

Płatki do mleka kukurydziane 20g "Mleko świeże Mleczarnia Wieprz 2% tłuszczu" 150g *(7)
Masło 10g *(7) szynka wędzona drobiowa 10g, pomidor 10g,pieczywo pełnoziarniste 50g *(1)
Herbata z niewielkim dodatkiem soku 100% 200ml

obiad

Zupa wiejska z ziemniakami ,warzywami i kiełbaską 250g *(9) na wywarze wołowym
Makaron penne z białym serem i musem jogurtowym z owocami 200g *(3,1,7)
Kompot z owoców mieszanych bez cukru 150g

podwieczorek

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

2026-12-01 wtorek

śniadanie

Parówka z szynki na gorąco 100g , ketchup łagodny 10g, masło 10g *(7),
ogórek zielony 20g, ser żółty10g *(7)Pieczywo mieszane 50g *(1), Herbata z cytryną 200ml

obiad

Zupa ryżanka z warzywami i świeżą natka na wywarze drobiowym 250g *(9)
Kotlecik mielony 50g *(3,2,)
Ziemniaki 100g
Marchewka z jabłkiem i jogurtem naturalnym 50g *(7)
Kompot owocowy bez cukru 150g



podwieczorek Ciasto mleczno-kakaowe z cynamonem 100g *(7,1,3)
Kakao 150ml

2026-12-02 środa

śniadanie

Pieczony pasztet z indyka 20g *(1),serek wiejski 20g *(7),masło *(7),pomidor 20g ,Pieczywo pełnoziarniste 50g *(1),herbata 250ml

obiad

Zupa Grochowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 250g *(9)
Gołąbki w sosie pomidorowym 150g *(3,1,7)
Kompot owocowy bez cukru 200ml

podwieczorek; Granola z jogurtem i musem owocowym 120ml *(7,1,)



2026-12-03 czwartek

śniadanie

Ser twarogowy ze szczypiorkiem 50g *(7),ogórek zielony 10g , sałata zielona 5g , masło 10g*(7), Bułka grahamka 50g*(1), Herbata 200ml

obiad

Krem szpinakowy zielony z grzankami razowymi na wywarze warzywnym 250g *(9,1,)
Udziec drobiowy pieczony 50g
Ziemniaki 100g
Surówka z białej kapusty i koperku 50g
Kompot owocowy bez cukru 150g



podwieczorek Galaretka agrestowa zielona z bitą śmietana i owocem b/cukru 100g *(7,1)
Herbatnik 20g *(1)



2026-12-04 – Piątek

Pasta z tuńczyka 40g *(4,7) , ogórek zielony 10g,sałata zielona 0,5g
ogórek zielony 10g, masło 10g (7), Pieczywo mieszane 50g,*(1) Herbata z cytryną 150g

obiad



Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze warzywnym 250g, *(9,7)
Miruna smażona 50g *(10,1,3)
Ziemniaki 100g
Colesław 50g *(3)
Kompot owocowy z dodatkiem aronii bez cukru 200ml

podwieczorek Twarożek ucierany z brzoskwinią 100g *(7),wafelek ryżowy naturalny

SŁODKA NIESPODZIANKA MIKOŁAJKOWA OD FIRMY HUTNIK







- ZGODNIE Z INFORMACJAMI OD PRODUCĘTÓW UŻYTE PRODUKTY GOTOWE
- NP(KAKAO,HERBATA ,KECZUP,KONCENTRAT POMIDOROWYPRODUKTY Z MIĘSA)
- MOGĄ ZAWIERAĆ ŚLADOWE ILOSĆI ALERGENÓW ,GLUTENU ,MLEKA ŁĄCZNIE Z LAKTOZĄ ,JAJ,SOI,ORZECHÓW,SELERA,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
14) Mięczaki

	23.11.26	24.11.26	25.11.26	26.11.26	27.11.26	30.12.26	01.12.26	02.12.26	03.12.26	04.12.26
KCAL	1009.2	1171.6	961.2	960.3	1070.0	1159.3	1007.1	957.4	970.3	971.5
Tłuszcz	22.6 g	27.1 g	27.5 g	34.9 g	37.0 g	29.4 g	36.5 g	41.7 g	32.2 g	32.8 g
NKT	10.4 g	9.4 g	6.6 g	11.9 g	14.3 g	15.3 g	15.2 g	13.0 g	12.1 g	10.2 g
Węglowodany	164.2 g	191.8 g	151.5 g	126.7 g	154.0 g	172.2 g	139.0 g	119.5 g	140.4 g	131.8 g
Cukry	42.0 g	26.9 g	35.8 g	46.3 g	34.2 g	39.3 g	43.4 g	45.3 g	38.5 g	27.1 g
Błonnik	18.2 g	15.2 g	17.3 g	17.1 g	21.6 g	16.0 g	13.4 g	18.4 g	15.5 g	14.5 g
Białko	48.3 g	47.3 g	35.9 g	43.0 g	37.1 g	59.2 g	36.7 g	35.4 g	35.9 g	42.7 g
Sód	2794.3 mg	1041.8 mg	1577.9 mg	1221.5 mg	1167.8 mg	2600.1 mg	1341.2 mg	1157.3 mg	2032.5 mg	1492.7 mg