

Menu 01.01.2026- 10.01.2026

Śniadanie: • kajzerka 2 szt.(290 KCAL; białko 9 g; tłuszcz 2 g; węglowodany 60 g), 1 • chleb razowy 60 g (120 KCAL; białko 3 g; tłuszcz 1 g; węglowodany 30 g), 1 • szynka drobiowa 50 g (55 KCAL; białko 8 g; tłuszcz 2,5 g; węglowodany 0,5 g), 6 i 10 • ser żółty 40 g (128 KCAL; białko 11 g; tłuszcz 9 g; węglowodany 0,5 g), 7 • masło 20 g(150 KCAL; białko 0,2 g; tłuszcz 16,5 g; węglowodany 1 g), 7 • pasztet 50 g (80 KCAL; białko 7 g; tłuszcz 5 g), 1 i 3 • serek topiony 17,5 g (65 KCAL; białko 0,1 g; tłuszcz 0,1 g; węglowodany 16 g), 7 • pomidor/ogórek 60 g (10 KCAL; białko 0,5 g; tłuszcz 0,1 g; węglowodany 1 g) • herbata czarna b/c Obiad • rosół z makaronem 300 ml (225 KCAL; białko 16 g; tłuszcz 8 g; węglowodany 23 g) • naleśniki 200g (360 KCAL; białko 14g; tłuszcz 12 g; węglowodany 60 g) 1 i 7 • kisiel owocowy (117 KCAL; węglowodany 29g) Kolacja : • kajzerka 2 szt. (290 KCAL; białko 9 g; tłuszcz 2 g; węglowodany 60 g), 1 • chleb razowy 60 g (120 KCAL; białko 3 g; tłuszcz 1 g; węglowodany 30 g), 1 • szynka wieprzowa 50 g (55 KCAL; białko 8 g; tłuszcz 2,5 g; węglowodany 0,5 g), 6 i 10 • ser żółty 40 g (128 KCAL; białko 11 g; tłuszcz 9 g; węglowodany 0,5 g), 7 • masło 20 g (150 KCAL; białko 0,2 g; tłuszcz 16,5 g; węglowodany 1 g), 7 • jajko 50 g (80 KCAL; białko 7 g; tłuszcz 5 g), 3 • dżem owocowy 25 g (65 KCAL; białko 0,1 g; tłuszcz 0,1 g; węglowodany 16 g), • pomidor/ogórek 60 g (10 KCAL; białko 0,5 g; tłuszcz 0,1 g; węglowodany 1 g) • herbata czarna 250ml	Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, w menu podane są numery występujących alergenów, które można odczytać z legendy poniżej. 1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki 15. Zboża zawierające gluten
---	--

Menu 11.01.2026- 21.01.2026

Śniadanie: • kajzerka 2 szt.(290 KCAL; białko 9 g; tłuszcz 2 g; węglowodany 60 g), 1 • chleb razowy 60 g (120 KCAL; białko 3 g; tłuszcz 1 g; węglowodany 30 g), 1 • szynka drobiowa 50 g (55 KCAL; białko 8 g; tłuszcz 2,5 g; węglowodany 0,5 g), 6 i 10 • ser żółty 40 g (128 KCAL; białko 11 g; tłuszcz 9 g; węglowodany 0,5 g), 7 • masło 20 g(150 KCAL; białko 0,2 g; tłuszcz 16,5 g; węglowodany 1 g), 7 • pasztet 50 g (80 KCAL; białko 7 g; tłuszcz 5 g), 1 i 3 • serek topiony 17,5 g (65 KCAL; białko 0,1 g; tłuszcz 0,1 g; węglowodany 16 g), 7 • pomidor/ogórek 60 g (10 KCAL; białko 0,5 g; tłuszcz 0,1 g; węglowodany 1 g) • herbata czarna b/c Obiad • przecier warzywny na rosale 300ml(215 KCAL; białko 12 g; tłuszcz 5 g; węglowodany 23 g) • kurczak grillowany 110 g(210 KCAL; białko 30 g; tłuszcz 4 g; węglowodany 0 g) • ziemniaczane puree 140 g (170 KCAL; białko 4 g; tłuszcz 8 g; węglowodany 40 g) 7 • mizeria 100 g (80 KCAL; białko 2 g; tłuszcz 5 g; węglowodany 7 g) 7 • kisiel owocowy (117 KCAL; węglowodany 29g) Kolacja : • kajzerka 2 szt. (290 KCAL; białko 9 g; tłuszcz 2 g; węglowodany 60 g), 1 • chleb razowy 60 g (120 KCAL; białko 3 g; tłuszcz 1 g; węglowodany 30 g), 1 • szynka wieprzowa 50 g (55 KCAL; białko 8 g; tłuszcz 2,5 g; węglowodany 0,5 g), 6 i 10 • ser żółty 40 g (128 KCAL; białko 11 g; tłuszcz 9 g; węglowodany 0,5 g), 7 • masło 20 g (150 KCAL; białko 0,2 g; tłuszcz 16,5 g; węglowodany 1 g), 7 • jajko 50 g (80 KCAL; białko 7 g; tłuszcz 5 g), 3 • dżem owocowy 25 g (65 KCAL; białko 0,1 g; tłuszcz 0,1 g; węglowodany 16 g), • pomidor/ogórek 60 g (10 KCAL; białko 0,5 g; tłuszcz 0,1 g; węglowodany 1 g) • herbata czarna 250ml	Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, w menu podane są numery występujących alergenów, które można odczytać z legendy poniżej. 16. Zboża zawierające gluten 17. Skorupiaki i produkty pochodne 18. Jaja i produkty pochodne 19. Ryby i produkty pochodne 20. Orzeszki ziemne (arachidowe) 21. Soja i produkty pochodne 22. Mleko i produkty pochodne 23. Orzechy 24. Seler i produkty pochodne 25. Gorczyca i produkty pochodne 26. Nasiona sezamu i produkty pochodne 27. Dwutlenek siarki 28. Łubin 29. Mięczaki 30. Zboża zawierające gluten
---	---

Menu 22.01.2026- 31.01.2026

Śniadanie: • kajzerka 2 szt.(290 KCAL; białko 9 g; tłuszcz 2 g; węglowodany 60 g), 1 • chleb razowy 60 g (120 KCAL; białko 3 g; tłuszcz 1 g; węglowodany 30 g), 1 • szynka drobiowa 50 g (55 KCAL; białko 8 g; tłuszcz 2,5 g; węglowodany 0,5 g), 6 i 10 • ser żółty 40 g (128 KCAL; białko 11 g; tłuszcz 9 g; węglowodany 0,5 g), 7 • masło 20 g(150 KCAL; białko 0,2 g; tłuszcz 16,5 g; węglowodany 1 g), 7 • pasztet 50 g (80 KCAL; białko 7 g; tłuszcz 5 g), 1 i 3 • serek topiony 17,5 g (65 KCAL; białko 0,1 g; tłuszcz 0,1 g; węglowodany 16 g), 7 • pomidor/ogórek 60 g (10 KCAL; białko 0,5 g; tłuszcz 0,1 g; węglowodany 1 g) • herbata czarna b/c Obiad • rosół z makaronem 300 ml (225 KCAL; białko 16 g; tłuszcz 8 g; węglowodany 23 g) • naleśniki 200g (360 KCAL; białko 14g; tłuszcz 12 g; węglowodany 60 g) 1 i 7 • kisiel owocowy (117 KCAL; węglowodany 29g) Kolacja : • kajzerka 2 szt. (290 KCAL; białko 9 g; tłuszcz 2 g; węglowodany 60 g), 1 • chleb razowy 60 g (120 KCAL; białko 3 g; tłuszcz 1 g; węglowodany 30 g), 1 • szynka wieprzowa 50 g (55 KCAL; białko 8 g; tłuszcz 2,5 g; węglowodany 0,5 g), 6 i 10 • ser żółty 40 g (128 KCAL; białko 11 g; tłuszcz 9 g; węglowodany 0,5 g), 7 • masło 20 g (150 KCAL; białko 0,2 g; tłuszcz 16,5 g; węglowodany 1 g), 7 • jajko 50 g (80 KCAL; białko 7 g; tłuszcz 5 g), 3 • dżem owocowy 25 g (65 KCAL; białko 0,1 g; tłuszcz 0,1 g; węglowodany 16 g), • pomidor/ogórek 60 g (10 KCAL; białko 0,5 g; tłuszcz 0,1 g; węglowodany 1 g) • herbata czarna 250ml	Zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności, w menu podane są numery występujących alergenów, które można odczytać z legendy poniżej. 31. Zboża zawierające gluten 32. Skorupiaki i produkty pochodne 33. Jaja i produkty pochodne 34. Ryby i produkty pochodne 35. Orzeszki ziemne (arachidowe) 36. Soja i produkty pochodne 37. Mleko i produkty pochodne 38. Orzechy 39. Seler i produkty pochodne 40. Gorczyca i produkty pochodne 41. Nasiona sezamu i produkty pochodne 42. Dwutlenek siarki 43. Łubin 44. Mięczaki 45. Zboża zawierające gluten
---	---