

## TYDZIEŃ III(03.02.2025-09.02.2024)

NORMALNA

### ŚNIADANIE

|                 | poniedziałek                    | wtorek                                    | środa                             | czwartek                      | piątek                       | sobota                        | niedziela                         |
|-----------------|---------------------------------|---|-----------------------------------|-------------------------------|------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|
| Z .M.<br>300ml. | płatki owsiane górskie          | kasza kukurydziana                        | płatki błyskawiczne               | makaron na mleku              | płatki jęczmienne            | kasza manna                   | ryż na mleku                      |
| Pieczywo        | Chleb pszenny(60g) 2 kromka     | Chleb pszenny(60g) 2 kromka               | Chleb pszenny(60g) 2 kromka       | Chleb pszenny(60g) 2 kromka   | Chleb pszenny(60g) 2 kromka  | Chleb pszenny(60g) 2 kromka   | Chleb pszenny(90g) 3 kromki       |
| Bułka           | Kajzerka(60g) 1 sztuka          | Kajzerka(60g) 1 sztuka                    | Kajzerka(60g) 1 sztuka            | Kajzerka(60g) 1 sztuka        | Kajzerka(60g) 1 sztuka       | Kajzerka(60g) 1 sztuka        |                                   |
| Nabiał          | Masło śmietankowe(10g)          | Masło śmietankowe(10g)                    | Masło śmietankowe(10g)            | Masło śmietankowe(10g)        | Masło śmietankowe(10g)       | Masło śmietankowe(10g)        | Masło śmietankowe(10g)            |
| Dodatki         | Mozzarella(40g) 2 plastry       | Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką(60g) | Polędwica drobiowa(40g) 2 plastry | Pasta mięsno-jajeczna(80g)    | Ser biały(100g)              | Szynka wędzona(40g) 2 plastry | Ser żółty(40g) 2 plastry          |
|                 | Szynka smakowita(40g) 2 plastry | Krakowska(40g) 2 plastry                  | Ser żółty(40g) 2 plastry          | Szynka wiejska(40g) 2 plastry | Dżem(50g)                    | Serek koperkowy(60g)          | Polędwica drobiowa(40g) 2 plastry |
| Warzywa         | Rukola(10g)                     | Jabłko 1 sztuka                           | Rzepa(50g)                        | Ogórek zielony(50g)           | Roszponka(10g)               | Ogórek zielony(50g)           | Kalarepa(50g)                     |
|                 | Salata(1g)                      | Salata(1g)                                | Salata(1g)                        | Salata(1g)                    | Salata(1g)                   | Salata(1g)                    | Salata(1g)                        |
|                 | Pomidor(50g)                    | Papryka(50g)                              |                                   | Rukola(10g)                   | Pomidor(50g)                 | Jabłko 1 sztuka               | Pomidor(50g)                      |
| Alergeny        | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR    | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR              | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR      | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR  | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR  | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR      |

NORMALNA

**TYDZIEŃ III(03.02.2025-09.02.2024)**  
**OBIAD**

|                      | poniedziałek                    | wtorek                                      | środa                                       | czwartek                     | piątek  | sobota                            | niedziela                        |
|----------------------|---------------------------------|---|---|------------------------------|---|-----------------------------------|----------------------------------|
| <b>Zupa</b><br>350ml | Krupnik                         | Barszcz ukraiński                           | Kalafiorowa                                 | Pieczarkowa                  | Zacierkowa  | Ogórkowa z ryżem                  | Zielona jarzynowa z kaszą        |
| <b>Mięso</b>         | Kotlet schabowy(100g)           | Potrąwka chińska(100g)                      | Odwrócony gołąbek w sosie pomidorowym(100g) | Gulasz wieprzowy(100g)       | Naleśniki z serem z jabłkiem prażonym w sosie truskawkowym(2szt.) | Klops w sosie pomidorowym(100g)   | Schabowy(100g)                   |
| <b>Dodatki</b>       | Ziemniaki z koperkiem(200g)     | Ryż biały(200g)                             | Ziemniaki z koperkiem(200g)                 | Kasza jęczmienna(200g)       |   | Kasza gryczana(200g)              | Ziemniaki z koperkiem(200g)      |
| <b>Warzywa</b>       | Surówka żydowska(100g)          | Surówka wiosenna z kapusty pekińskiej(100g) | Surówka z kapusty czerwonej(100g)           | Brokuł(100g)                 |   | Surówka z ogórka kiszzonego(100g) | Marchewka tarta z jabłkiem(100g) |
|                      | Jarzynka gotowana(100g)         | Fasola szparagowa z masłem(100g)            | Marchew gotowana(100g)                      | Buraczki zimne(100g)         | Jarzynka na ciepło(100g)  | Kalafior(100g)                    |                                  |
| <b>Napój</b>         | Kompot owocowy bez cukru(200ml) | Mięta(200ml)                                | Kompot owocowy bez cukru(200ml)             | Mięta(200ml)                 | Kompot owocowy bez cukru(200ml)                                   | Mięta(200ml)                      | Kompot owocowy bez cukru(200ml)  |
| <b>Alergeny</b>      | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR    | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR                | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR                | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR                                      | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR      | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR     |

## TYDZIEŃ III(03.02.2025-09.02.2024)

**NORMALNA**

### KOLACJA

|                      | <b>poniedziałek</b>               | <b>wtorek</b>                    | <b>środa</b>                     | <b>czwartek</b>                   | <b>piątek</b>                   | <b>sobota</b>                     | <b>niedziela</b>               |
|----------------------|-----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|
| <b>Pieczyno</b>      | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki    | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki   | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki   | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki    | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki  | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki    | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki |
| <b>Nabiał</b>        | Masło śmietankowe(10g )           | Masło śmietankowe(10g)           | Masło śmietankowe(10g )          | Masło śmietankowe(10g )           | Masło śmietankowe(10g)          | Masło śmietankowe(10g )           | Masło śmietankowe(10g)         |
| <b>Dodatki</b>       | Szynka z indyka(60g)<br>3 plastry | Szynka parzona(40g)<br>2 plastry | Jajko gotowane(50g)<br>1 sztuka  | Serek kanapkowy(100g)             | Mozzarella(60g)<br>3 plastry    | Ser biały wiejski(60g)            | Hummus(50g)                    |
|                      | Pasta mięsno-jajeczna (50g)       | Hummus(40g)                      | Szynka z kotła(40g)<br>2 plastry | Pasta jajeczno-koperkowa(50g)     | Pasta pieczarkowa(50g)          | Szynka drobiowa(40g)<br>2 plastry | Pasztet(40g)                   |
| <b>Warzywa/Owoce</b> | Salata(1g)                        | Salata(1g)                       | Salata(1g)                       | Salata(1g)                        | Salata(1g)                      | Salata(1g)                        | Salata(1g)                     |
|                      | Pomidor(50g)                      | Rzepa(50g)                       | Marchewka(50g)                   | Papryka czerwona(50g)             | Salata lodowa w sosie vinegrett | Pomidor(50g)                      | Roszponka(10g)                 |
|                      | Jabłko 1 sztuka                   | Marchewka(50g)                   | Pomidor(50g)                     | Marchewka(50g)                    | Pomidor(50g)                    | Rukola(10g)                       | Jabłko 1 sztuka                |
| <b>Alergeny</b>      | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR           | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR          | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR          | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR, RYB | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR         | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR           | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR   |

## TYDZIEŃ III(03.02.2025-09.02.2024)

### LEKKOSTRAWNA

### ŚNIADANIE

|                           | poniedziałek                    | wtorek                         | środa                             | czwartek                         | piątek                       | sobota                        | niedziela                         |
|---------------------------|---------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Zupa mleczna 300ml</b> | płatki owsiane górskie          | kasza kukurydziana             | płatki błyskawiczne               | makaron na mleku                 | płatki jęczmienne            | kasza manna                   | ryż na mleku                      |
| <b>Pieczyno</b>           | Chleb pszenny(60g) 2 kromki     | Chleb pszenny(60g) 2 kromki    | Chleb pszenny(60g) 2 kromki       | Chleb pszenny(60g) 2 kromki      | Chleb pszenny(60g) 2 kromki  | Chleb pszenny(60g) 2 kromki   | Chleb pszenny(90g) 3 kromki       |
| <b>Bułka</b>              | Kajzerka(60g) 1 sztuka          | Kajzerka(60g) 1 sztuka         | Kajzerka(60g) 1 sztuka            | Kajzerka(60g) 1 sztuka           | Kajzerka(60g) 1 sztuka       | Kajzerka(60g) 1 sztuka        |                                   |
| <b>Nabiał</b>             | Masło śmietankowe(10g)          | Masło śmietankowe(10g)         | Masło śmietankowe(10g)            | Masło śmietankowe(10g)           | Masło śmietankowe(10g)       | Masło śmietankowe(10g)        | Masło śmietankowe(10g)            |
| <b>Dodatki</b>            | Mozzarella(40g) 2 plastry       | Twaróg z koperkiem(60g)        | Połudwica drobiowa(40g) 2 plastry | Lekka pasta mięsno-jajeczna(80g) | Ser biały(100g)              | Szynka wędzona(40g) 2 plastry | Ser żółty(40g) 2 plastry          |
|                           | Szynka smakowita(40g) 2 plastry | Szynka drobiowa(40g) 2 plastry | Ser żółty(40g) 2 plastry          | Szynka wiejska(40g) 2 plastry    | Dżem(45g)                    | Serek koperkowy(60g)          | Połudwica drobiowa(40g) 2 plastry |
| <b>Warzywa/Owoce</b>      | Jabłko 1 sztuka                 | Pomidor bez skórki (50g)       | Pomidor bez skórki(100g)          | Sałata(1g)                       | Pomidor bez skórki(50g)      | Pomidor bez skórki(50g)       | Jabłko 1 sztuka                   |
|                           | Sałata(1g)                      | Sałata(1g)                     |                                   |                                  | Jabłko 1 sztuka              |                               |                                   |
|                           |                                 |                                |                                   |                                  | Sałata(1g)                   |                               |                                   |
| <b>Słodkie</b>            | Bułka mleczna(40g)              | Chrupki kukurydziane(30g)      |                                   | Bułka maślana(55g)               |                              |                               |                                   |
| <b>Alergeny</b>           | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR    | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR        | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR           | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR          | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR       | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR           |

## TYDZIEŃ III(03.02.2025-09.02.2024)

### LEKKOSTRAWNA

### OBIAD

|                      | poniedziałek                              | wtorek                  | środa                                      | czwartek                            | piątek  | sobota                            | niedziela                                 |
|----------------------|---|-------------------------|--|-------------------------------------|---|-----------------------------------|---|
| <b>Zupa</b><br>350ml | Krupnik                                   | Barszcz czerwony        | Wiosenna                                   | Koperkowa                           | Zacierkowa  | Ryżanka na rosole                 | Zielona jarzynowa z kaszą                 |
| <b>Mięso</b>         | Schab duszony w sosie własnym(100g)       | Gulasz drobiowy(100g)   | Odwrócony gołąbek w sosie koperkowym(100g) | Gulasz wieprzowy łatwostrawny(200g) | Naleśniki z serem z jabłkiem prażonym w sosie truskawkowym(2szt.) | Klops w sosie pietruszkowym(100g) | Schab duszony w sosie własnym(100g)       |
| <b>Dodatki</b>       | Ziemniaki z koperkiem(200g)               | Ryż biały(200g)         | Ziemniaki z koperkiem(200g)                | Kasza jęczmienna(200g)              |   | Kasza jęczmienna(200g)            | Ziemniaki z koperkiem(200g)               |
| <b>Warzywa</b>       | Jarzynka gotowana(100g)                   | Buraczki duszone(100g)  | Marchew gotowana(100g)                     | Buraczki duszone(100g)              |   | Jarzynka na ciepło(100g)          | Marchewka gotowana z masłem(100g)         |
| <b>Napój</b>         | Kompot owocowy bez cukru(sam wywar)-200ml | Mięta 200ml             | Kompot owocowy bez cukru(sam wywar)-200ml  | Mięta(200ml)                        | Kompot owocowy bez cukru(sam wywar)-200ml                         | Mięta 200ml                       | Kompot owocowy bez cukru(sam wywar)-200ml |
| <b>Alergeny</b>      | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR              | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR                    | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR             | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR                                      | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR           | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR                   |

## TYDZIEŃ III(03.02.2025-09.02.2024)

### LEKKOSTRAWNA

### KOLACJA

|                      | poniedziałek                      | wtorek                         | środa                          | czwartek                          | piątek                         | sobota  | niedziela                      |
|----------------------|-----------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|---|--------------------------------|
| <b>Pieczyno</b>      | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki    | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki    | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki                          | Chleb pszenny(90g)<br>3 kromki |
| <b>Nabiał</b>        | Masło śmietankowe(10g )           | Masło śmietankowe(10g)         | Masło śmietankowe(10g )        | Masło śmietankowe(10g )           | Masło śmietankowe(10g)         | Masło śmietankowe(10g )                                 | Masło śmietankowe(10g )        |
| <b>Dodatki</b>       | Szynka z indyka(60g)3 plastry     | Szynka parzona(40g) 2 plastry  | Jajko gotowane(100g) 2 sztuki  | Serek kanapkowy(100g)             | Mozzarella(60g) 3 plastry      | Ser biały wiejski(60g)                                  | Hummus(50g)                    |
|                      | Lekka pasta mięsno-jajeczna (50g) | Hummus(40g)                    | Szynka z kotła(40g) 2 plastry  | Pasta jajeczno-koperkowa(50g)     | Pasta pietruszkowa(50g)        | Szynka drobiowa(40g) 2 plastry<br>Wafle ryżowe 3 sztuki | Szynka dębowa(40g) 2 plastry   |
| <b>Warzywa/Owoce</b> | Salata(1g)                        | Salata(1g)                     | Salata(1g)                     | Salata(1g)                        | Salata(1g)                     | Salata(1g)  | Salata(1g)                     |
|                      | Pomidor bez skóry(100g)           | Chrupki kukurydziane(30g)      | Jabłko 1 sztuka                | Pomidor bez skóry(100g)           | Chrupki kukurydziane(30g)      | Jabłko 1 sztuka   | Pomidor bez skóry(100g)        |
|                      | Jabłko 1 sztuka                   | 1/2 banana(40g)                |                                |                                   | Pomidor bez skórki(50g)        |   |                                |
| <b>Alergeny</b>      | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR           | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR        | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR        | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR, RYB | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR        | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR                                 | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR   |

## TYDZIEŃ III(03.02.2025-09.02.2024)

### CUKRZYCA

#### ŚNIADANIE

|                      | poniedziałek                    | wtorek                                    | środa                             | czwartek                      | piątek                        | sobota                        | niedziela                         |
|----------------------|---------------------------------|---|-----------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-----------------------------------|
| <b>Pieczyno</b>      | Chleb razowy(60g) 2 kromka      | Chleb razowy(60g) 2 kromka                | Chleb razowy(60g) 2 kromka        | Chleb razowy(60g) 2 kromka    | Chleb razowy(60g) 2 kromka    | Chleb razowy(60g) 2 kromka    | Chleb razowy(60g) 2 kromka        |
| <b>Nabiał</b>        | Masło śmietankowe(5g)           | Masło śmietankowe(5g)                     | Masło śmietankowe(5g)             | Masło śmietankowe(5g)         | Masło śmietankowe(5g)         | Masło śmietankowe(5g)         | Masło śmietankowe(5g)             |
| <b>Dodatki</b>       | Mozzarella(20g) 1 plaster       | Twaróg ze szczypiorkiem i rzodkiewką(40g) | Połudwica drobiowa(40g) 2 plastry | Pasta mięsno-jajeczna(60g)    | Twaróg z ziołami(100g)        | Szynka wędzona(20g) 1 plaster | Ser żółty(20g) 1 plaster          |
|                      | Szynka smakowita(40g) 2 plastry | Krakowska(40g) 2 plastry                  | Ser żółty(20g) 1 plaster          | Szynka wiejska(40g) 2 plastry | Szynka miodowa(20g) 1 plaster | Serek koperkowy(60g)          | Połudwica drobiowa(40g) 2 plastry |
| <b>Warzywa/Owoce</b> | Rukola(10g)                     | Jabłko 1 sztuka                           | Rzepa(50g)                        | Ogórek zielony(50g)           | Roszponka(10g)                | Ogórek zielony(50g)           | Kalarepa(50g)                     |
|                      | Salata(1g)                      | Salata(1g)                                | Salata(1g)                        | Salata(1g)                    | Salata(1g)                    | Salata(1g)                    | Salata(1g)                        |
|                      | Pomidor(50g)                    | Papryka(50g)                              | Salata lodowa(10g)                | Rukola(10g)                   | Pomidor(50g)                  | Jabłko 1 sztuka               | Pomidor(50g)                      |
| <b>Alergeny</b>      | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR    | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR                   | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR           | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR       | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR  | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR       | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR           |

## TYDZIEŃ III(03.02.2025-09.02.2024)

### CUKRZYCA

### II ŚNIADANIE

|                                      | poniedziałek                    | wtorek                     | środa                      | czwartek                        | piątek                           | sobota                     | niedziela                       |
|--------------------------------------|---------------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------------|----------------------------------|----------------------------|---------------------------------|
| <b>Nabiał/<br/>Owoc/<br/>Dodatek</b> | Jogurt naturalny-<br>Skyr(150g) | Jabłko grubo tarte(20g)    | Kefir z<br>otrębami(100g)  | Jogurt naturalny-<br>Skyr(150g) | Jabłko grubo<br>tarte(20g)       | Kefir z<br>otrębami(100g)  | Jogurt naturalny-<br>Skyr(150g) |
|                                      |                                 | Masło orzechowe(20g)       | Jabłko(1szt.)              | Jabłko(1 szt.)                  | Masło<br>orzechowe(20g)          | Jabłko(1szt.)              | Jabłko(1 szt.)                  |
|                                      |                                 | Wafle ryżowe(20g) 2 sztuki |                            |                                 | Wafle<br>ryżowe(20g) 2<br>sztuki |                            |                                 |
| <b>Alergeny</b>                      | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, JAJ, GOR | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR    | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, GOR | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, GOR      | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, JAJ, GOR  | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, GOR | MLE, GLU, SOJ,<br>SEL, GOR      |

## TYDZIEŃ III(03.02.2025-09.02.2024)

### CUKRZYCA

#### OBIAD

|                      | poniedziałek                        | wtorek                                      | środa                                       | czwartek                       | piątek                                   | sobota                            | niedziela                           |
|----------------------|-------------------------------------|---|---|--------------------------------|--|-----------------------------------|-------------------------------------|
| <b>Zupa</b><br>350ml | Krupnik                             | Barszcz ukraiński                           | Kalafiorowa                                 | Pieczarkowa                    | Zacierkowa                               | Ogórkowa z ryżem                  | Zielona jarzynowa z kaszą           |
| <b>Mięso</b>         | Schab duszony w sosie własnym(100g) | Potrąwka chińska(100g)                      | Odwrócony gołąbek w sosie pomidorowym(100g) | Gulasz wieprzowy(100g)         | Pierogi razowe kapustą i grzybami(5szt.) | Klops w sosie pomidorowym(100g)   | Schab duszony w sosie własnym(100g) |
| <b>Dodatki</b>       | Ziemniaki z koperkiem(150g)         | Ryż brązowy(200g)                           | Ziemniaki z koperkiem(150g)                 | Kasza jęczmienna perłowa(150g) |  | Kasza gryczana(150g)              | Ziemniaki z koperkiem(150g)         |
| <b>Warzywa</b>       | Surówka żydowska(100g)              | Surówka wiosenna z kapusty pekińskiej(100g) | Surówka z kapusty czerwonej(100g)           | Buraczki zimne(100g)           | Surówka z czerwonej kapusty(150g)        | Surówka z ogórka kiszzonego(100g) | Marchewka tarta z jabłkiem(150g)    |
|                      | Jarzynka gotowana(100g)             | Fasolka gotowana(100g)                      | Brokuł(100g)                                | Brokuł gotowany(100g)          |  | Jarzynka na ciepło(100g)          | Kalafior gotowany(100g)             |
| <b>Napój</b>         | Kompot owocowy bez cukru(200ml)     | Mięta (200ml)                               | Kompot owocowy bez cukru(200ml)             | Mięta(200ml)                   | Kompot owocowy bez cukru(200ml)          | Mięta (200ml)                     | Kompot owocowy bez cukru(200ml)     |
| <b>Alergeny</b>      | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR        | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR                | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR                | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR   | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR             | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR      | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR        |

## TYDZIEŃ III(03.02.2025-09.02.2024)

### CUKRZYCA

#### PODWIECZOREK

|  | poniedziałek                                     | wtorek                    | środa  | czwartek                  | piątek   | sobota                    | niedziela  |
|--|--|---------------------------|--|---------------------------|--|---------------------------|--|
| <b>Przekąska/<br/>Pieczywo/<br/>Nabiał</b> | Sok pomidorowy(100ml)                            | Kefir 0% naturalny(200ml) | Sok pomidorowy(100ml)                            | Kefir 0% naturalny(200ml) | Sok pomidorowy(100ml)                            | Kefir 0% naturalny(200ml) | Sok pomidorowy(100ml)                            |
|  | Chleb żytni(35g)<br>1 kromka                     |                           | Chleb żytni(35g)<br>1 kromka                     |                           | Chleb żytni(35g)<br>1 kromka                     |                           | Chleb żytni(35g)<br>1 kromka                     |
|  | Serek homogenizowany, naturalny 0% tłuszczu(15g) |                           | Serek homogenizowany, naturalny 0% tłuszczu(15g) |                           | Serek homogenizowany, naturalny 0% tłuszczu(15g) |                           | Serek homogenizowany, naturalny 0% tłuszczu(15g) |
| <b>Alergeny</b>                            | MLE, GLU, SEL                                    |                           | MLE, GLU, SEL                                    |                           | MLE, GLU, SEL                                    |                           | MLE, GLU, SEL                                    |

## TYDZIEŃ III(03.02.2025-09.02.2024)

CUKRZYCA

### KOLACJA

|                      | poniedziałek                      | wtorek                           | środa                            | czwartek                          | piątek                          | sobota                            | niedziela                     |
|----------------------|-----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|
| <b>Pieczyno</b>      | Chleb razowy(60g)<br>2 kromki     | Chleb razowy(60g)<br>2 kromki    | Chleb razowy(60g)<br>2 kromki    | Chleb razowy(60g)<br>2 kromki     | Chleb razowy(60g)<br>2 kromki   | Chleb razowy(60g)<br>2 kromki     | Chleb razowy(60g)<br>2 kromki |
| <b>Nabiał</b>        | Masło śmietankowe(5g)             | Masło śmietankowe(5g)            | Masło śmietankowe(5g)            | Masło śmietankowe(5g)             | Masło śmietankowe(5g)           | Masło śmietankowe(5g)             | Masło śmietankowe(5g)         |
| <b>Dodatki</b>       | Szynka z indyka(40g)<br>2 plastry | Szynka parzona(20g)<br>1 plaster | Jajko gotowane(50g)<br>1 sztuka  | Serek kanapkowy(40g)              | Mozzarella(40g)<br>2 plastry    | Ser biały wiejski(60g)            | Hummus(50g)                   |
|                      | Pasta mięsno-jajeczna (50g)       | Hummus(40g)                      | Szynka z kotła(20g)<br>1 plaster | Pasta jajeczno-koperkowa(50g)     | Pasta pieczarkowa (50g)         | Szynka drobiowa(20g)<br>1 plaster | Pasztet(40g)                  |
| <b>Warzywa/Owoce</b> | Salata(1g)                        | Salata(1g)                       | Salata(1g)                       | Salata(1g)                        | Salata(1g)                      | Salata(1g)                        | Salata(1g)                    |
|                      | Pomidor(50g)                      | Rzepa(50g)                       | Marchewka(50g)                   | Papryka czerwona(50g)             | Salata lodowa w sosie vinegrett | Pomidor(50g)                      | Roszonka(10g)                 |
|                      | Jabłko 1 sztuka                   | Marchewka (50g)                  | Pomidor(50g)                     | Marchewka(50g)                    | Pomidor(50g)                    | Rukola(10g)                       | Jabłko 1 sztuka               |
| <b>Alergeny</b>      | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR           | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR          | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR          | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR, RYB | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR         | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR           | MLE, GLU, SOJ, SEL, JAJ, GOR  |

CUKRZYCA

### KOLACJA NOC

### TYDZIEŃ III(03.02.2025-09.02.2024)

|                      | <b>poniedziałek</b>                 | <b>wtorek</b>                       | <b>środa</b>                        | <b>czwartek</b>                     | <b>piątek</b>                       | <b>sobota</b>                       | <b>niedziela</b>                    |
|----------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <b>Pieczyno</b>      | Chleb żytni razowy(30g)<br>1 kromka | Chleb żytni razowy(30g)<br>1 kromka | Chleb żytni razowy(30g)<br>1 kromka | Chleb żytni razowy(30g)<br>1 kromka | Chleb żytni razowy(30g)<br>1 kromka | Chleb żytni razowy(30g)<br>1 kromka | Chleb żytni razowy(30g)<br>1 kromka |
| <b>Nabiał</b>        | Masło śmietankowe(5g)               | Masło śmietankowe(5g)               | Masło śmietankowe(5g)               | Masło śmietankowe(5g)               | Masło śmietankowe(5g)               | Masło śmietankowe(5g)               | Masło śmietankowe(5g)               |
| <b>Dodatki</b>       | Żywiecka(40g)<br>2 plastry          | Szynka drobiowa(30g)<br>2 plastry   | Krakowska(30g)<br>2 plastry         | Żywiecka(40g)<br>2 plastry          | Szynka drobiowa(30g)<br>2 plastry   | Szynka drobiowa(20g)<br>2 plaster   | Krakowska(40g)<br>2 plastry         |
| <b>Warzywa/Owoce</b> | Ogórek(50g)                         | Ogórek(50g)                         | Rzepa(50g)                          | Ogórek(50g)                         | Ogórek(50g)                         | Kalarepa(50g)                       | Ogórek(50g)                         |
| <b>Alergeny</b>      | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR             | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR             | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR             | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR             | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR             | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR             | MLE, GLU, SOJ, SEL, GOR             |