|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | ***Śniadanie*** | ***II śniadanie*** | ***Obiad*** | ***Podwieczorek*** | ***Kolacja*** | ***Kolacja II*** |
| *2025-01-12 niedziela* | *PODSTAWA* | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml(BIA, GLU)Chleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Galaretka drobiowa 60g (SEL)**Szynka drobiowa 20g (SOJ)**Pomidor 100g* |  | *Rosół z makaronem* *400ml (GLU, JAJ, SEL)**Kotlet drobiowy panierowany 150g (GLU, JAJ)**Puree ziemniaczane 220g (BIA)**Surówka z kapusty pekińskiej z sosem vinegret 200g (GOR)**Kompot 250ml* | *Kawałek ciasta (GLU, JAJ, BIA)* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Polędwica sopocka 40g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Papryka 100g*  | *Gruszka 1 szt.*  |
| *LEKKOSTRAWNA* | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml(BIA, GLU)Chleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Szynka drobiowa 60g (SOJ)**Pomidor b/s 100g*  |  | *Rosół z makaronem* *400ml (GLU, JAJ, SEL)* *Pierś z kurczaka gotowana 150g**Puree ziemniaczane 220g (BIA)**Sos pietruszkowy 150g**(GLU, SEL)**Marchewka gotowana 200g* *Kompot 250ml* | *Kawałek ciasta (GLU, JAJ, BIA)* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Polędwica sopocka 40g (SOJ) Serek kanapkowy 40g (BIA)**Sałata 10g* | *Gruszka pieczona 1 szt.* |
| *CUKRZYCOWA* | *Herbata b/c 250ml**Kawa zbożowa b/c 250 ml(BIA, GLU)Chleb graham 110g (GLU)Masło 15g (BIA)**Galaretka drobiowa 60g (SEL)**Szynka drobiowa 20g (SOJ)**Pomidor 100g* | *Kanapka z żółtym serem 60g (GLU, BIA) Ogórek zielony 30g*  | *Rosół z makaronem* *400ml (GLU, JAJ, SEL)* *Kotlet drobiowy panierowany 150g (GLU, JAJ)**Puree ziemniaczane 220g (BIA)**Surówka z kapusty pekińskiej z sosem vinegret 200g (GOR)**Kompot b/c 250ml* | *Wafle ryżowe 3 szt.*  | *Herbata b/c 250 mlChleb pszenno-żytni 110g (GLU)Masło 15g (BIA)**Polędwica sopocka 40g (SOJ) Ser żółty 20g (BIA)**Papryka 100g* | *Gruszka 1 szt.* |
| *2025-01-13 poniedziałek* | *PODSTAWA* | *Herbata 250ml Chleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta z makreli 60g (RYB)**Szynka gotowana 20g (SOJ)**Ogórek zielony 100g**Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (GLU, BIA)* |  | *Żurek z wkładką 400ml (GLU, SEL, SOJ)Ryż 220g* *Mus owocowy 75g* *Jabłko 75g* *Twaróg 100g (BIA)**Kompot 250ml*  | *Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Parówki drobiowe 2 szt. (SOJ)**Ketchup 20g* *Ogórek kiszony 100 g*  | *Banan 1 szt.* |
| *LEKKOSTRAWNA* | *Herbata 250ml**Chleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Szynka gotowana 20g (SOJ)*Pomidor b/s 100g*Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (GLU, BIA)* |  | *Zupa ziemniaczana 400ml (BIA, SEL)**Ryż 220g* *Mus owocowy 75g* *Jabłko 75g* *Twaróg 100g (BIA)**Kompot 250ml*  | *Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)Szynka drobiowa 60g (SOJ)**Pomidor b/s 100g* | *Banan 1 szt.* |
| *CUKRZYCOWA* | *Herbata b/c 250mlChleb razowy 110g(GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta z makreli 60g (RYB)**Szynka gotowana 20g (SOJ)**Ogórek zielony 100g**Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (GLU, BIA)* | *Kanapka z żółtym serem 60g (GLU, BIA)**Papryka 30g*  | *Żurek z wkładką 400ml (GLU, SEL, SOJ)**Ryż 220g* *Mus owocowy b/c 75g* *Jabłko 75g* *Twaróg 100g (BIA)**Kompot b/c 250ml*  | *Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)* | *Herbata b/c 250 mlChleb pszenno-żytni 110g(GLU)Masło 15g (BIA)**Parówki drobiowe 2 szt. (SOJ)**Ketchup 20g* *Ogórek kiszony 100 g*  | *Banan niedojrzały 1 szt.* |
| *2025-01-14 wtorek* | *PODSTAWA* | *Herbata 250 ml* *Kawa zbożowa 250 ml* *Chleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta jajeczna 60g (JAJ, BIA)**Ser żółty 20g (BIA)**Papryka żółta 100g* |  | *Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL)**Risotto mięsno – warzywne 30 g* *Sos pomidorowy 150g (GLU, SEL)**Fasolka szparagowa 200g**Kompot 250ml*  | *Jabłko*  | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml(BIA, GLU)Chleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Szynka gotowana 60g (SOJ)**Sałatka jarzynowa 100g (JAJ,* *BIA, GOR, SEL)*  | *Pomarańcza* |
| *LEKKOSTRAWNA* | *Herbata 250 ml* *Kawa zbożowa 250 ml* *Chleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)**Polędwica sopocka 20g (SOJ)**Pomidor b/s 100g* |  | *Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL)**Ryż 220g**Sos mięsno- warzywny 150g (SEL)**Cukinia duszona 200gKompot 250ml*  | *Jabłko pieczone*  | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml (BIA, GLU)Chleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Ser biały 80g (BIA)* *Dżem 50g* *Pomidor b/s 50g* | *Banan*  |
| *CUKRZYCOWA* | *Herbata b/c 250 ml* *Kawa zbożowa 250 ml* *Chleb razowy 110g(GLU)Masło 15g (BIA)Pasta jajeczna 60g (JAJ, BIA)**Ser żółty 20g (BIA)**Papryka żółta 100g* | *Kanapka z wędliną 60g (GLU, SOJ)* *Sałata*  | *Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL)**Risotto mięsno – warzywne 30 g* *Sos pomidorowy 150g (GLU, SEL)**Fasolka szparagowa 200g**Kompot b/c 250ml*  | *Jabłko*  | *Herbata b/c 250ml**Kawa zbożowa b/c 250 ml (BIA, GLU)Chleb pszenno-żytni 110g(GLU)Masło 15g (BIA)**Szynka gotowana 60g (SOJ)**Sałatka jarzynowa 100g (JAJ,* *BIA, GOR, SEL)*  | *Pomarańcza*  |
| *2025-01-15 środa* | *PODSTAWA* | *Herbata 250mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Polędwica sopocka 40g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Ogórek zielony 100g* *Zupa mleczna z grysikiem 300ml (BIA, GLU)* |  | *Zupa pomidorowa z ryżem400ml (BIA, SEL)**Pałeczki pieczone 2 szt.**Puree ziemniaczane 220g (BIA)**Surówka z jarzyn mieszanych 200g**Kompot 250ml*  | *Drożdżówka (BIA, GLU, JAJ)* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA)* *Szynka drobiowa 20g (SOJ)**Pomidor 100g*  | *Sok pomidorowy łagodny*  |
| *LEKKOSTRAWNA* | *Herbata 250ml**Chleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Polędwica sopocka 40g (SOJ)**Serek kanapkowy 40g (BIA)**Pomidor b/s 10 g* *Zupa mleczna z grysikiem 300ml (BIA, GLU)* |  | *Zupa pomidorowa z ryżem b/ś 400ml (SEL)**Pałeczki gotowane 2 szt.**Sos koperkowy 150g (BIA, GLU, SEL)**Ziemniaki 220g**Buraczki gotowane 200g* *Kompot 250ml*  | *Drożdżówka (BIA, GLU, JAJ)* | *Herbata b/c 250 mlChleb pszenny 110g (GLU)**Masło 10g (BIA)**Twarożek z koperkiem 60g (BIA)**Szynka drobiowa 20g (SOJ)**Pomidor b/s 100g* | *Sok pomidorowy łagodny*  |
| *CUKRZYCOWA* | *Herbata b/c 250mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Polędwica sopocka 40g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Ogórek zielony 100g* *Zupa mleczna z grysikiem 300ml (BIA, GLU)* | *Kanapka z serem białym 60g (GLU, BIA)**Sałata 10g*  | *Zupa pomidorowa z ryżem400ml (BIA, SEL)**Pałeczki pieczone 2 szt.**Puree ziemniaczane 220g (BIA)**Surówka z jarzyn mieszanych 200g**Kompot b/c 250ml*  | *Wafle ryżowe 3 sztuki*  | *Herbata b/c 250 mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA)* *Szynka drobiowa 20g (SOJ)**Pomidor 100g*  | *Sok pomidorowy łagodny*  |
| *2025-01-16 czwartek* | *PODSTAWA* | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml(BIA, GLU)Chleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)Pasztet pieczony drobiowy 60g (JAJ, GLU)**Ser żółty 20g (BIA)**Ogórek kiszony 100g* |  | *Zupa kapuśniak z ziemniakami 400ml (SEL)**Kasza jęczmienna 220g (GLU)**Sos mięsno- warzywny 150g (GLU, SEL)**Brokuł gotowany 200g**Kompot 250ml*  | *Deser jogurtowy (BIA)* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)*Polędwica sopocka 60g (SOJ)*Ogórek zielony 100 g*  | *Banan 1 szt.* |
| *LEKKOSTRAWNA* | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml(BIA, GLU)Chleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Ser biały 80g (BIA)**Dżem 50g**Pomidor b/s 50g*  |  | *Zupa jarzynowa z drobnym makaronem 400ml (BIA, GLU, SEL, JAJ)**Kasza jęczmienna 220g (GLU)**Sos mięsno- warzywny 150g (GLU, SEL)**Brokuł gotowany 200g**Kompot 250ml*  | *Deser jogurtowy (BIA)* | *Herbata 250 ml* *Chleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)Polędwica sopocka 60g (SOJ)**Pomidor b/s 100 g*  | *Banan 1 szt.* |
| *CUKRZYCOWA* | *Herbata b/c 250ml**Kawa zbożowa b/c 250 ml(BIA, GLU)Chleb pszenno-żytni 110g (GLU)Masło 15g (BIA)Pasztet pieczony drobiowy 60g (JAJ, GLU)**Ser żółty 40g (BIA)**Ogórek kiszony 100g* | *Kanapka z wędliną 60g (GLU, SOJ)**Papryka 30g*  | *Zupa kapuśniak z ziemniakami 400ml (SEL)**Kasza jęczmienna 220g (GLU)**Sos mięsno- warzywny 150g (GLU, SEL)**Brokuł gotowany 200g**Kompot b/c 250ml*  | *Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)*  | *Herbata b/c 250 ml Chleb razowy 110g (GLU)Masło 15g (BIA)*Polędwica sopocka 60g (SOJ)*Ogórek zielony 100 g*  |  *Banan niedojrzały 1 szt.* |
| *2025-01-17 piątek* | *PODSTAWA* | *Herbata 250mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)**Majonez (JAJ, GOR)**Szynka drobiowa 40g (SOJ)*Pomidor 100g*Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)* |  | *Zupa serowa z grzankami 400ml (BIA, SEL, GLU)**Ryba panierowana 150g (GLU, JAJ, RYB)**Ziemniaki 220g**Surówka z kapusty kiszonej z marchewką 200g* *Kompot 250ml*  | *Jabłko 1 szt.* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Szynka gotowana 40g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Papryka 100g* | *Wafelek przekładany 50g (BIA, GLU, JAJ, ORZ)* |
| *LEKKOSTRAWNA* | *Herbata 250ml**Chleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)* *Szynka drobiowa 40g (SOJ)**Sałata 10g**Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)* |  | *Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL)**Ryba gotowana 150g (RYB)**Sos jarzynowy 150g (GLU, SEL)* *Ziemniaki 220g* *Marchew duszona 200g* *Kompot 250ml*  | *Jabłko pieczone 1 szt.* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)Szynka gotowana 60g (SOJ)**Pomidor b/s 100g*  | *Wafelek przekładany 50g (BIA, GLU, JAJ, ORZ)* |
| *CUKRZYCOWA* | *Herbata b/c 250mlChleb razowy 110g (GLU)Masło 15g (BIA)Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)**Majonez (JAJ, GOR)**Szynka drobiowa 40g (SOJ)*Pomidor 100g*Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)* | *Kanapka z wędliną 60g (GLU, SOJ)**Ogórek zielony 30g* | *Zupa serowa z grzankami 400ml (BIA, SEL, GLU)**Ryba panierowana 150g (GLU, JAJ, RYB)**Ziemniaki 220g**Surówka z kapusty kiszonej z marchewką 200g* *Kompot b/c 250ml*  | *Jabłko 1 szt.* | *Herbata b/c 250 mlChleb pszenno-żytni 110g (GLU)**Szynka gotowana 40g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Papryka 100g* | *Wafle ryżowe 3 szt.* |
| *2025-01-18 sobota* | *PODSTAWA* | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml (BIA, GLU)Chleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (BIA)**Polędwica sopocka 20g (SOJ)**Ogórek zielony 100g*  |  | *Barszcz ukraiński 400ml (GLU, SEL)**Makaron z sosem bolońskim 300g (GLU, JAJ, SEL)**Bukiet jarzyn gotowanych 200g**Kompot 250ml*  | *Gruszka 1 szt.*  | *Herbata 250 mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Szynka drobiowa 40g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Pomidor 100g* | *Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)* |
| *LEKKOSTRAWNA* | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml (BIA, GLU)**Chleb pszenny 110g(GLU)* *Pasta twarogowa z koperkiem 60g (BIA)**Polędwica sopocka 20g (SOJ)**Sałata 10g* |  | *Zupa ziemniaczana 400ml (BIA, SEL)**Makaron z sosem mięsno- warzywnym 300g (GLU, JAJ, SEL)* *Bukiet jarzyn gotowanych 200g**Kompot 250ml*  | *Gruszka pieczona 1 szt.* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Ser biały 80hg (BIA)**Dżem 50g**Pomidor b/s 100g* | *Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)* |
| *CUKRZYCOWA* | *Herbata b/c 250ml**Kawa zbożowa b/c 250 ml (BIA, GLU)Chleb razowy 110g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (BIA)**Polędwica sopocka 20g (SOJ)**Ogórek zielony 100g*  | *Kanapka z serem żółtym 60g (GLU, BIA)**Sałata 10g*  | *Barszcz ukraiński 400ml (GLU, SEL)**Makaron z sosem bolońskim 300g (GLU, JAJ, SEL)**Bukiet jarzyn gotowanych 200g**Kompot b/c 250ml* | *Gruszka 1 szt.* | *Herbata b/c 250 mlChleb pszenno-żytni 110g (GLU)Masło 15g (BIA)**Szynka drobiowa 40g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Pomidor 100g* | *Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)* |
| *2025-01-19 niedziela* | *PODSTAWA* | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml Chleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Galaretka drobiowa 60g (SOJ)**Szynka gotowana 20g (SOJ)**Papryka 100g*  |  | *Rosół z makaronem 400ml (GLU, SEL, JAJ)* Kotlet schabowy panierowany 150g (GLU, JAJ)Puree ziemniaczane 220g (BIA)*Surówka z pora, jabłka i marchewki 200g (BIA)* *Kompot 250ml*  | *Babka piaskowa 1 kawałek (GLU, JAJ)* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta z wędliny 60g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Ogórek kiszony 100g*  | *Pomarańcze 1 szt.*  |
| *LEKKOSTRAWNA* | *Herbata 250ml* *Kawa zbożowa 250 ml* *Chleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Szynka gotowana 60g (SOJ)**Pomidor b/s 100g* |  | *Rosół z makaronem* *400ml (GLU, JAJ, SEL)* *Filet z kurczaka gotowany 150g**Sos pietruszkowy 150g (BIA, GLU, SEL)**Puree ziemniaczane 220g (BIA)**Buraczki gotowane 200g**Kompot 250ml* | *Babka piaskowa 1 kawałek (GLU, JAJ)* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)**Szynka drobiowa 30g (SOJ)* *Pomidor b/s 50g*  | *Jabłko pieczone 1 szt.* |
| *CUKRZYCOWA* | *Herbata b/c 250ml* *Kawa zbożowa 250 ml Chleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Galaretka drobiowa 60g (SOJ)**Szynka gotowana 20g (SOJ)**Papryka 100g*  | *Kanapka z wędliną 60g (GLU, SOJ)* *Salata 10g* | *Rosół z makaronem 400ml (GLU, SEL, JAJ)* Kotlet schabowy panierowany 150g (GLU, JAJ)Puree ziemniaczane 220g (BIA)*Surówka z pora, jabłka i marchewki 200g (BIA)* *Kompot b/c 250ml*  | *Wafle ryżowe 3 szt.* | *Herbata b/c 250 mlChleb pszenno-żytni 110g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta z wędliny 60g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Ogórek kiszony 100g*  | *Pomarańcze 1 szt.*  |
| *2025-01-20 poniedziałek* | *PODSTAWA* | *Herbata 250mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Polędwica sopocka 40g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Ogórek zielony 100g* *Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)* |  | *Zupa grochówka z wkładką 400ml (SEL, SOJ)**Ryż 220g* *Ser biały 100g (BIA)**Mus jabłkowy 75g* *Kompot 250ml*  | *Banan 1 szt.*  | *Herbata 250 mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)Parówki drobiowe 2 szt. (SOJ)**Ketchup 20g* *Pomidor 100g* | *Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)* |
| *LEKKOSTRAWNA* | *Herbata 250mlChleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Polędwica sopocka 60g (SOJ)**Pomidor b/s 100g**Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)* |  | *Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL)**Ryż 220g* *Ser biały 100g (BIA)**Mus jabłkowy 75g* *Kompot 250ml*  | *Banan 1 szt.* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)Szynka drobiowa 40g (SOJ)**Serek kanapkowy 40g (BIA)**Pomidor b/s 100g*  | *Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)* |
| *CUKRZYCOWA* | *Herbata b/c 250mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Polędwica sopocka 40g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Ogórek zielony100g* *Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU)* | *Kanapka z wędliną 60g (GLU, SOJ)**Papryka 30g*  | *Zupa grochówka z wkładką 400ml (SEL, SOJ)**Ryż 220g* *Ser biały 100g (BIA)**Mus jabłkowy b/c 75g* *Kompot b/c 300ml*  | *Banan niedojrzały 1 szt.* | *Herbata b/c 250 mlChleb pszenno-żytni 110g (GLU)Masło 15g (BIA)**Parówki drobiowe 2 szt. (SOJ)**Ketchup 20g* *Pomidor100g* | *Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)* |
| *2025-01-21 wtorek* | *PODSTAWA* | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml (BIA, GLU)Chleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)* *Ser żółty 40g (BIA)* *Papryka 100g*  |  | *Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml (BIA, GLU, SEL)**Pulpety drobiowe gotowane 150g (GLU, JAJ)**Ziemniaki 220g**Surówka z tartej marchewki i jabłka 200g**Kompot 250ml*  | *Wafelek przekładany 50g (BIA, GLU, JAJ, ORZ)* | *Herbata 250 ml* *Chleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA)**Szynka drobiowa 20g (SOJ)**Pomidor 100g* | *Jabłko 1 szt.*  |
| *LEKKOSTRAWNA* | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml (BIA, GLU)Chleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)* *Szynka gotowana 40g (SOJ)**Pomidor b/s 50g*  |  | *Zupa ziemniaczana 400ml (BIA, SEL)**Pulpety drobiowe gotowane 150g (GLU, JAJ)**Sos koperkowy 150g (BIA, GLU, SEL)**Ziemniaki 220g* *Marchewka gotowana 150g* *Kompot 250ml*  | *Wafelek przekładany 50g (BIA, GLU, JAJ, ORZ)* | *Herbata 250 ml* *Chleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA)**Szynka drobiowa 20g (SOJ)**Sałata 10g* | *Jabłko pieczone 1 szt.*  |
| *CUKRZYCOWA* | *Herbata b/c 250ml**Kawa zbożowa b/c 250 ml (BIA, GLU)Chleb razowy 110g (GLU)**Masło 15g (BIA)**Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)* *Ser żółty 40g (BIA)* *Papryka 100g*  | *Kanapka z wędliną 60g (GLU, SOJ)**Ogórek zielony 30g*  | *Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 400ml (BIA, GLU, SEL)**Pulpety drobiowe gotowane 150g (GLU, JAJ)**Ziemniaki 220g**Surówka z tartej marchewki i jabłka 200g**Kompot b/c 250ml*  | *Wafle ryżowe 3 szt.* | *Herbata b/c 250 ml* *Chleb razowy 110g(GLU)Masło 15g (BIA)Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA)**Szynka drobiowa 20g (SOJ)**Pomidor 100g*  | *Jabłko 1 szt.*  |
| *2025-01-22 środa* | *PODSTAWA* | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml (BIA, GLU)Chleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasztet pieczony drobiowy 60g (JAJ, GLU)**Ser żółty 20g (BIA)**Ogórek kiszony 100g**Zupa mleczna z grysikiem 300ml (BIA, GLU)* |  | *Zupa ogórkowa z ryżem 400ml (BIA, GLU, SEL)**Karczek duszony 150g**Sos pieczeniowy 150g (SEL)**Ziemniaki 220g*Buraczki zasmażane 200g*Kompot 250ml* | *Pomarańcza 1 szt.* | *Herbata 250mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)**Masło 15g (BIA)**Polędwica sopocka 60g (SOJ)**Sałatka jarzynowa 100g (JAJ,* *BIA, GOR, SEL)*  | *Soczek ze słomką*  |
| *LEKKOSTRAWNA* | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml (BIA, GLU)Chleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Szynka gotowana 60g (SOJ)**Pomidor b/s 100g**Zupa mleczna z grysikiem 300ml (BIA, GLU)* |  | *Zupa koperkowa z ryżem 400ml (BIA, GLU, SEL)**Filet z kurczaka gotowany 150g**Sos pietruszkowy 150g (BIA, GLU, SEL)**Ziemniaki 220g* *Buraczki gotowane 200g**Kompot 250 ml* | *Jabłko pieczone 1 szt.*  | *Herbata 250mlChleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)Polędwica sopocka 40g (SOJ)**Serek kanapkowy 40g (BIA)**Pomidor b/s 100g* | *Soczek ze słomką*  |
| *CUKRZYCOWA* | *Herbata b/c 250ml**Kawa zbożowa b/c 250 ml (BIA, GLU)Chleb razowy 110g(GLU)Masło 15g (BIA)**Pasztet pieczony drobiowy 60g (JAJ, GLU)**Ser żółty 20g (BIA)**Ogórek kiszony 100g**Zupa mleczna z grysikiem 300ml (BIA, GLU)* | *Kanapka z wędliną 60g (GLU, SOJ)**Pomidor 30g* | *Zupa ogórkowa z ryżem 400ml (BIA, GLU, SEL)**Karczek duszony 150g**Sos pieczeniowy 150g (SEL)**Ziemniaki 220g*Buraczki zasmażane 200g*Kompot b/c 300ml* | *Pomarańcza 1 szt.* | *Herbata b/c 250mlChleb razowy 110g (GLU)Masło 15g (BIA)**Polędwica sopocka 60g (SOJ)**Sałatka jarzynowa 100g (JAJ,* *BIA, GOR, SEL)*  | *Sok pomidorowy łagodny*  |
| *2025-01-23 czwartek* | *PODSTAWA* | *Herbata 250 ml* *Chleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Szynka gotowana 40g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Papryka 100g* |  | *Zupa jarzynowa z zacierką 400ml (BIA, GLU, SEL, JAJ)**Ryż 220g (GLU)**Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL)**Fasolka szparagowa 200g**Kompot 250ml* | *Banan 1 szt.* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta z makreli 60g (RYB)**Szynka drobiowa 20g (SOJ)**Pomidor 100g* | *Deser jogurtowy (BIA)* |
| *LEKKOSTRAWNA* | *Herbata 250 ml* *Chleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Szynka gotowana 60g (SOJ)**Pomidor b/s 100g* |  | *Zupa jarzynowa z zacierką 400ml (BIA, GLU, SEL, JAJ)**Ryż 220g (GLU)**Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL)**Cukinia duszona 200g**Kompot 250ml* | *Banan 1 szt.* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Pasta z makreli 60g (RYB)**Szynka drobiowa 20g (SOJ)**Pomidor b/s 100g* | *Deser jogurtowy (BIA)* |
| *CUKRZYCOWA* | *Herbata b/c 250 ml* *Chleb razowy 110g(GLU)Masło 15g (BIA)**Szynka gotowana 40g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Papryka 100g* | *Kanapka z serem białym 60g (GLU, BIA)* *Sałata 10g*  | *Zupa jarzynowa z zacierką 400ml (BIA, GLU, SEL, JAJ)**Ryż 220g (GLU)**Potrawka drobiowa 150g (GLU, SEL)**Fasolka szparagowa 200g**Kompot b/c 250ml* | *Banan niedojrzały 1 szt.* | *Herbata b/c 250 mlChleb pszenno-żytni 110g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta z makreli 60g (RYB)**Szynka drobiowa 20g (SOJ)**Pomidor 100g* | *Deser jogurtowy (BIA)* |
| *2025-01-24 piątek* | *PODSTAWA* | *Herbata 250mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta jajeczna 60g (JAJ, BIA)**Polędwica sopocka 20g (SOJ)**Ogórek zielony 100g**Zupa mleczna z pł.* *owsianymi 300ml (BIA, GLU)*  |  | *Zupa krem z brokułów z grzankami 400ml (BIA, GLU, SEL)**Ryba panierowana 150g (RYB, JAJ, GLU)**Ziemniaki 220 g**Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 200g**Kompot 250 ml*  | *Gruszka 1 szt.* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Ser żółty 40g (BIA)**Szynka drobiowa 20g (SOJ)**Pomidor 100g* | *Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)* |
| *LEKKOSTRAWNA* | *Herbata 250mlChleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Jajko gotowane 1 szt. (JAJ)**Polędwica sopocka 40g (SOJ)**Pomidor b/s 100g**Zupa mleczna z pł.* *owsianymi 300ml (BIA, GLU)*  |  | *Zupa grysikowa 400ml (GLU, SEL)**Ryba gotowana 150g* *Sos jarzynowy 150g (SEL, GLU)**Ziemniaki 220g* *Marchewka gotowana 200g**Kompot 250 ml* | *Gruszka pieczona 1 szt.* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Serek kanapkowy 40g (BIA)**Szynka drobiowa 40g (SOJ)**Sałata 10g* | *Jogurt owocowy 1 szt. (BIA)* |
| *CUKRZYCOWA* | *Herbata b/c 250mlChleb razowy 110g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta jajeczna 60g (JAJ, BIA)**Polędwica sopocka 20g (SOJ)**Ogórek zielony 100g**Zupa mleczna z pł.* *owsianymi 300ml (BIA, GLU)*  | *Kanapka z żółtym serem 60g (GLU, BIA)**Papryka 30g*  | *Zupa krem z brokułów z grzankami 400ml (BIA, GLU, SEL)Ryba panierowana 150g (GLU, JAJ)**Ziemniaki 220g* *Surówka z kiszonej kapusty i marchewki 200g**Kompot b/c 250 ml*  | *Gruszka 1 szt.* | *Herbata b/c 250 mlChleb pszenno-żytni 110g (GLU)Masło 15g (BIA)**Ser żółty 40g (BIA)**Szynka drobiowa 20g (SOJ)**Pomidor 100g* | *Jogurt naturalny 1 szt. (BIA)* |
| *2025-01-25 sobota* | *PODSTAWA* | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml (BIA, GLU)Chleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (BIA)**Szynka gotowana 20g (SOJ)**Papryka 100g*  |  | *Zupa fasolowa 400ml (SEL)**Risotto z mięsem i warzywami 300g (SEL)**Sos pomidorowy 150g (GLU, SEL)**Bukiet jarzyn gotowanych 200g**Kompot 250ml*  | *Jabłko 1 szt.*  | *Herbata 250 mlChleb pszenny 60g (GLU)**Chleb graham 50g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta z wędliny 60g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Ogórek kiszony 100g* | *Banan 1 szt.* |
| *LEKKOSTRAWNA* | *Herbata 250ml**Kawa zbożowa 250 ml (BIA, GLU)Chleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Pasta twarogowa z koperkiem 60g (BIA)**Szynka gotowana 20g (SOJ)**Sałata 10g* |  | *Zupa ziemniaczana 400ml (BIA, SEL)**Risotto z sosem mięsno - warzywnym 300g (SEL)**Bukiet jarzyn gotowanych 200g**Kompot 250ml* | *Jabłko pieczone 1 szt.* | *Herbata 250 mlChleb pszenny 110g(GLU)Masło 10g (BIA)**Szynka drobiowa 60g (SOJ)**Pomidor b/s 100g* | *Banan 1 szt.* |
| *CUKRZYCOWA* | *Herbata b/c 250ml**Kawa zbożowa b/c 250 ml (BIA, GLU)Chleb razowy 110g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60g (BIA)**Szynka gotowana 20g (SOJ)**Papryka 100g* | *Kanapka z wędliną 60g (GLU, SOJ)**Ogórek zielony 30g*  | *Zupa fasolowa 400ml (SEL)**Risotto z mięsem i warzywami 300g (SEL)**Sos pomidorowy 150g (GLU, SEL)**Bukiet jarzyn gotowanych 200g**Kompot b/c 250ml* | *Jabłko 1 szt.* | *Herbata 250 mlChleb pszenno-żytni 110g (GLU)Masło 15g (BIA)**Pasta z wędliny 60g (SOJ)**Ser żółty 20g (BIA)**Ogórek kiszony 100g* | *Banan niedojrzały 1 szt.* |

Jadłospis przygotowany przez Catering Meridian’s