

Posiłek	Poniedziałek 12.01.2026	Wtorek 13.01.2026	Środa 14.01.2026	Czwartek 15.01.2026	Piątek 16.01.2026
Śniadanie	chleb z dynią: zakwas żytni, mąka żytnia, woda, pestki dyni, sól, drożdże, mąka pszenna, suchy zakwas z pszenicy twardej, gluten pszenny, ekstrakt ze słodu jęczmiennego, sok jabłkowy w proszku, łupiny nasienne babki płesznik, ekstrakt z owoców aceroli w proszku twarożek: ser biały (mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych), jogurt naturalny (mleko pasteryzowane, mleko w proszku, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), szczypior, natka pietruszki, koper, sól rzodkiewka, rukola masło extra: śmietanka pasteryzowana. Zawartość tłuszczu 82% woda, herbata (rumianek, kwiat hibiskusa, naturalny aromat)	Chleb żytni ze słonecznikiem: naturalny zakwas żytni [mąka żytnia, woda], mąka żytnia, woda, nasiona słonecznika, mąka pszenna, ekstrakt ze słodu jęczmiennego, drożdże, sól, mąka ze słodu jęczmiennego Pasta: jaja, majonez [olej rzepakowy, ocet spirytusowy, żółtko jaja, cukier, przyprawy gorczyca, sól, regulator kwasowości kwas cytrynowy, naturalny aromat, przeciwutleniacz E385], szczypior ogórek kiszony: ogórki, czosnek, chrzan, liść laurowy, woda, sól masło extra: śmietanka pasteryzowana. Zawartość tłuszczu 82% woda, herbata (kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat)	Bułka grahamka: mąka pszenna graham, woda, mąka pszenna, sól, płatki ziemniaczane, serwatka w proszku (z mleka) odtłuszczone mleko w proszku, skrobia kukurydziana, środek do przetwarzania mąki (kwas askorbinowy). sałatka: marchew, pietruszka, seler, groszek zielony, kukurydza, papryka, majonez [olej rzepakowy, ocet spirytusowy, żółtko jaja, cukier, przyprawy gorczyca, sól, regulator kwasowości kwas cytrynowy, naturalny aromat, przeciwutleniacz E385], sól ser żółty: mleko pasteryzowane, sól, kultury bakterii fermentacji mlekowej, podpuszczka, chlorek wapnia, annato masło extra: śmietanka pasteryzowana. Zawartość tłuszczu 82% woda, herbata (owoc maliny, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, naturalny aromat, liść jeżyny)	chałka: mąka pszenna, woda, oleje i tłuszcze roślinne, mieszanka cukiernicza [serwatka w proszku z mleka, glukoza, gluten pszenny, mączka sojowa, emulgatory (mono i diglicerydy kwasów tłuszczowych), dekstroza, tłuszcz roślinny, syrop glukozowy, aromat, skrobia pszenna, żółtko jaja w proszku, środek do przetwarzania mąki (kwas askorbinowy)], drożdże, cukier, sól. twarożek: ser biały (mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych), jogurt naturalny (mleko pasteryzowane, mleko w proszku, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych), cukier waniliowy, aromat wanilinowy powidła (śliwka, cukier) mleko pasteryzowane, kakao w proszku	Chleb razowy: mąka żytnia razowy, woda, mąka pszenna, mąka żytnia, płatki ziemniaczane, drożdże, sól, serwatka w proszku (z mleka), skrobia kukurydziana sałatka: makaron (mąka pszenna, woda), ser feta (mleko, sól, regulator kwasowości), papryka, ogórek zielony, oliwki (oliwki, woda, sól, regulator kwasowości E579, substancja konserwująca E202) olej rzepakowy, musztarda (woda, gorczyca, ocet, cukier, sól), miód wielokwiatowy, sok z cytryny, sól schab wiśniowy: mięso wieprzowe (81%), woda, sól, stabilizatory: trifosforany, przetworzone wodorosty morskie z gatunku Eucheuma, maltodekstryna, białko wieprzowe kolagenowe, syrop glukozowy, ekstrakty ziół, przeciwutleniacz: izoaskorbinian sodu, wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, glukoza, aromaty, azotyn sodu masło extra: śmietanka pasteryzowana. Zawartość tłuszczu 82% woda, herbata (kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, owoc aroni, owoc głogu, liść jeżyny, owoc maliny, owoc bzu, owoc jeżyny, naturalny aromat, jagody)

Obiad	kalafiorowa: bulion warzywny (woda, marchew, pietruszka, seler, por, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz), kalafior, ziemniaki, śmietana 18% [śmietanka, skrobia, substancje zagęszczające (pektyny, kultury bakterii fermentowanej mlekowej)], sól	ogórkowa: bulion wieprzowy (woda, mięso wieprzowe, marchew, pietruszka, seler, por, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz), ziemniaki, ogórek kiszony: ogórki, czosnek, chrzan, liść laurowy, woda, sól, koper, śmietana 18% [śmietanka, skrobia, substancje zagęszczające (pektyny, kultury bakterii fermentowanej mlekowej)], sól	krem: bulion warzywny (woda, marchew, pietruszka, seler, por, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz), kalafior, pietruszka, ziemniaki, ciecierzycy, śmietana 18% [śmietanka, skrobia, substancje zagęszczające (pektyny, kultury bakterii fermentowanej mlekowej)], sól, nasiona słonecznika	Rosół: bulion (woda, kurczak tuszka, szponder wołowy, marchew, pietruszka, seler, por, cebula, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk), makaron (mąka z pszenicy zwyczajnej, pasteryzowana, kurkuma, woda), marchew, natka pietruszki,sól, pieprz	fasolowa: bulion wieprzowy (woda, mięso wieprzowe, marchew, pietruszka, seler, por, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz), ziemniaki, fasola biała, sól, pieprz, majeranek
	Gulasz: szynka wieprzowa, cebula, marchew, papryka czerwona, papryka zielona, papryka żółta, pietruszka, seler, śmietana 18% [śmietanka, skrobia, substancje zagęszczające (pektyny, kultury bakterii fermentowanej mlekowej)], mąka pszenna, tymianek, liść laurowy, papryka słodka, sos sojowy,sól, pieprz kasza gryczana	Filet: filet z kurczaka, jaja, bułka tarta (z pszenicy), sól, pieprz ziemniaki, koperek marchew, brokuł, groszek zielony, masło extra (śmietanka pasteryzowana), natka pietruszki, czosnek, sól	Sos bolognese: szynka wieprzowa mielona, pulpa pomidorowa, marchew, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy, olej roślinny, czosnek, bazylia, oregano, sól, pieprz ziołowy, mąka pszenna Makaron (mąka z pszenicy durum)	Filet: filet z miruny, jaja, bułka tarta (z pszenicy),ser żółty: mleko pasteryzowane, sól, kultury bakterii fermentacji mlekowej, podpuszczka, chlorek wapnia, annato, olej rzepakowy sól, pieprz ziemniaki, koperek surówka: kapusta kiszona (kapusta, woda, sól, regulator kwasowości -kwas askorbinowy), jabłko, cebula, olej rzepakowy, sól, cukier	Kopytka: ziemniaki, mąka pszenna, skrobia ziemniaczana, jaja, woda, olej roślinny, sól, pieprz. masło extra (śmietanka pasteryzowana), bułka tarta (z pszenicy) surówka: kapusta biała, marchew, chrzan tartý, majonez [majonez [olej rzepakowy, ocet spirytusowy, żółtko jaja, cukier, przyprawy gorczyca, sól, regulator kwasowości kwas cytrynowy, naturalny aromat, przeciwutleniacz E385] sok z cytryny, sól, cukier
	jabłko	pomarańcza	batonik: płatki owsiane, żurawina suszona (żurawina, olej roślinny) rodzynki (rodzynki, olej roślinny), miód, cynamon	banan	krakers (mąka pszenna, olej rzepakowy, substancje spulchniające: węglany sodu, jęczmienny ekstrakt słodowy, sól, glukoza, jaja w proszku, lecytyna. Może zawierać mleko.), hummus: ciecierzycy, olej roślinny, marchew pieczona, pomidory suszone w oleju [(pomidory suszone, woda, cukier, ocet winny, sól) olej roślinny rzepakowy,mieszanka ziół] woda