

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026-05-11 poniedziałek	IMID Podstawowa Dzieci: 1B	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Mini gofry 2 szt Mus mango 100 ml	Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 140 g (1-GLU) Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Truskawki 100 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka na kartki 30 g Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 80 g Marchewka słupki 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 649,9 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 94,7 Węglowodany ogółem [g] 374,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,4
2026-05-12 wtorek	IMID Podstawowa Dzieci: 1B	Płatki jęczmienne na mleku 300 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU) Ogórek 60 g Szpinak baby 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Deser sernikowy z pomarańczą, malinami i czekoladą 200 ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami z białej młodej kapusty 300 ml (9-SEL) Zraz po staropolsku 120 g (1-GLU, 10-GOR) Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kopytka 140 g (1-GLU, 3-JAJ) Sałatka z buraka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Arbuz 150 g	Chleb pyłowy 60 g Chleb razowy 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Łopatka z pietruszką 30 g (1-GLU) Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym 150 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 832,2 Białko ogółem [g] 113,4 Tłuszcz [g] 94,6 Węglowodany ogółem [g] 389,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,2
2026-05-13 środa	IMID Podstawowa Dzieci: 1B	Kasza manna na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Filet z indyka maślany 30 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Koktajl truskawkowy 200 g (7-MLE)	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy smażony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 120 g (3-JAJ) Kompot owocowy 250 ml	Melon miodowy 150 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Schab parowany 50 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 493,2 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 321,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,1

2026-05-14 czwartek	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Kasza jaglana na mleku 300 g (7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Szynka naturalna ze straganu 30 g Miód szt. 1 szt Pomidory koktajlowe 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Jogurt owocowy z jagodą i płatkami migdałów 200 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL)	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 140 g Surówka wielowarzywna 120 g Kompot owocowy 250 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 50 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 391,1 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 100,5 Węglowodany ogółem [g] 275,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
2026-05-15 piątek	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Kaziuk 50 g (1-GLU) Ogórek kiszony 60 g Mix салат 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Pudding bananowy z masłem orzechowym i nasionami chia 200 g (7-MLE)	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 140 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszonej 120 g Kompot owocowy 250 ml	Truskawki 100 g	Chleb pytlowy 60 g Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z piersi kurczaka 30 g (1-GLU) Hummus dyniowy 80 g Seler naciowy słupki 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 421,9 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 82,1 Węglowodany ogółem [g] 330,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,8
2026-05-16 sobota	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 70 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Kurczak gotowany premium 50 g (1-GLU) Serek Tartare naturalny 1 szt (7-MLE) Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Jogurt z musem wiśniowym i crunchy czekoladowym 200 g (1-GLU, 5-OZI, 7-MLE, 8-OWL)	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml (9-SEL, 13-LUB) Udziki drobiowe w paprykowym trio 110 g (9-SEL) Makaron muszelki 140 g (1-GLU) Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Buleczka alpejska mini 1 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 7-MLE, 11-SEZ, 12-S02) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Paszтет z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Ser żółty 30 g (7-MLE) Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 283,7 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 302 Błonnik pokarmowy [g] 38,4
2026-05-17 niedziela	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica z piersi indyka 30 g (6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ser biały 80 g (7-MLE) Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE)	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Ziemniaki 140 g Mizeria 120 g (7-MLE) Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU)	Melon miódowy 150 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z zalewy Szuster 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g (7-MLE) Ogórek kiszony 60 g Rukola 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 115,1 Białko ogółem [g] 115,3 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 232,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,9

2026-05-18 poniedziałek	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Ryż brązowy na mleku 300 g (7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Wieprzowina z zapiecką 50 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Skyr naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron pene 140 g (1-GLU) Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Truskawki 100 g	Grahamka mini 1 szt (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Szynkowa extra 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 281,5 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 320,3 Błonnik pokarmowy [g] 37
2026-05-19 wtorek	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g (7-MLE) Pyzdra szynkowa 30 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym 150 g (7-MLE, 8-OWL)	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 140 g Surówka collesław 120 g (3-JAJ) Kompot owocowy 250 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pyłowy 60 g Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Filet z indyka maślany 50 g Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 293,8 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 316,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,3
2026-05-20 środa	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Kasza manna na mleku 300 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa z kurcząt 50 g (1-GLU) Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Jogurt owocowy z ananasem i miętą 200 g (7-MLE)	Zupa minestrone z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kurczak po kujawsku 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR) Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 140 g Surówka z pora (z olejem rzepakowym) 120 g Kompot owocowy 250 ml	Arbuz 150 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Chleb razowy 30 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Sałatka szwabska 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Schab parowany 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 340,8 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 103,4 Węglowodany ogółem [g] 268,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,9

Oznaczenia alergenów:

- 1-GLU - Zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany hybrydowe, a także prod. pochodne,
- 2-SKO - Skorupiaki i produkty pochodne,
- 3-JAJ - Jaja i produkty pochodne,
- 4-RYB - Ryby i produkty pochodne,
- 5-OZI - Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
- 6-SOJ - Soja i produkty pochodne,
- 7-MLE - Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
- 8-OWŁ - Orzechy tj. migdały, laskowe, włoskie, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia lub Queensland, a także produkty pochodne.,
- 9-SEL - Seler i produkty pochodne,
- 10-GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
- 11-SEZ - Nasiona sezamu i produkty pochodne,
- 12-S02 - Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr,
- 13-ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
- 14-MIĘ - Mięczaki i produkty pochodne,