Niedziela 01.11.2026	Szynka konserwowa (80g), pieczywo (50g), masło (20g), ogórek zielony (50g)	Rosół (300ml), Kotlet schabowy (150g), ziemniaki gotowane (200g), surówka (100g)	Salami (80g), pieczywo(50g), masło(20g), pomidor (50g)	Wartość energetyczna (kcal) 2818,6 Białko ogółem(g) 91,3Tłuszcz(g) Węglowodany ogółem(g)317.9 Sól(g)5,9 Sacharoza (g)20,2 Błonnik pokarmowy(g) 29,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem(g) 36,4 Sód(mg) 3123.4
	Alergeny: Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne, jaja	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne, jaja	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne, jaja	
Poniedziałek 02.11.2026	Kiełbasa podwawelska (80g), pieczywo(50g) masło (20g) papryka świeża(50g)	Zupa pomidorowa z makaronem (300ml), Pieczona ćwiartka z kurczaka (150g), ziemniaki gotowane (200g), surówka (100g)	Ser wędzony (80g) pieczywo(50g), masło(20g) ogórek kiszony (50g)	Wartość energetyczna (kcal) 2640,3 Białko ogółem(g) 95,8 Tłuszcz(g) Węglowodany ogółem(g)397.2 Sól(g)6,3 Sacharoza (g)17,8 Błonnik pokarmowy(g) 38,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem(g) 34,1 Sód(mg) 3168.7
	Alergeny: Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne,	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne	
Wtorek 03.11.2026	Jajecznica na maśle (80g) pieczywo(50g) masło (20g) pomidor (50g)	Zupa ogórkowa (300ml), Zawijas wieprzowy w sosie pieczeniowym (150g) kopytka (200g) kapusta zasmażana (100g)	Pasztet wieprzowo-drobiowy (80g), pieczywo(50g), masło (20g) ogórek zielony (50g)	Wartość energetyczna (kcal) 2820,3 Białko ogółem(g) 99,2 Tłuszcz(g) Węglowodany ogółem(g)347.4 Sól(g)5,2 Sacharoza (g)16,3Błonnik pokarmowy(g) 41,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem(g) 39,4 Sód(mg) 2909.7
	Alergeny: Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne, jaja	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne, seler i produkty pochodne	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne,	

Środa 04.11.2026	Szynka gotowana (80g) pieczywo(50g) masło (20g) papryka konserwowa (50g)	Żurek z jajkiem i kiełbasą (300ml), Gołąbki w sosie pomidorowym (150g), puree (200g), surówka (100g)	Ser salami (80g) pieczywo(50g), masło(20g) ogórek kanapkowy(50g)	Wartość energetyczna (kcal) 2510,3 Białko ogółem(g) 87,8 Tłuszcz(g) Węglowodany ogółem(g)337.2 Sól(g)6,3 Sacharoza (g)17,2 Błonnik pokarmowy(g) 39,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem(g) 39,1 Sód(mg) 3258.2
	Alergeny: Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne,	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, ,mleko i produkty pochodne,	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne,	
Czwartek 05.11.2026	Kiełbasa smażona z cebulką (150g), pieczywo(50g)	Barszcz ukraiński (300ml), Kotlet mielony (150g), ziemniaki gotowane (200g), mizeria (100g)	Sałatka z kurczakiem wędzonym, dwa plasterki sera żółtego(130g), masło(20g), pieczywo (50g)	Wartość energetyczna (kcal) 2518,7 Białko ogółem(g) 91,6Tłuszcz(g) Węglowodany ogółem(g)347.8 Sól(g)5,3 Sacharoza (g)21,2 Błonnik pokarmowy(g) 37,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem(g) 28,2Sód(mg) 3257.1
	Alergeny: Zboża zawierające gluten , mleko i produkty pochodne,	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne,	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne,	
Piątek 06.11.2026r.	Ser biały krajanka (80g), pieczywo(50g) masło (20g) pomidor(50g)	Zupa pieczarkowa z makaronem (300ml), Morszczuk w jajku (150g), ziemniaki gotowane (200g), surówka (100g)	Pasta jajeczna z makrelą(130g), masło(20g),pieczywo (50g)	Wartość energetyczna (kcal) 2618,5 Białko ogółem(g) 92,3Tłuszcz(g) Węglowodany ogółem(g)299.6 Sól(g)5,9 Sacharoza (g)18,1 Błonnik pokarmowy(g) 36,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem(g) 31,1 Sód(mg) 3208.1
	Alergeny: Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne, jaja	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne, seler i produkty pochodne, ryby, jaja	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne, jaja	

Sobota 07.11.2026	Szynka wieprzowa (80g), pieczywo(50g) masło (20g) papryka konserwowa(50 g)	Zupa brokułowa (300ml), Spaghetti bolognese (450g)	Schab wędzony(80g), pieczywo(50g), masło(20g), ogórek zielony(50g)	Wartość energetyczna (kcal) 2498,7 Białko ogółem(g) 98,7Tłuszcz(g) Węglowodany ogółem(g)377.2 Sól(g)6,9 Sacharoza (g)19,8 Błonnik pokarmowy(g) 32,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem(g) 37,1 Sód(mg) 3318.2
	Alergeny: Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne, jaja	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne,	
Niedziela 08.11.2026	Polędwica sopocka (80g), pieczywo (50g), masło (20g), ogórek zielony (50g)	Rosół (300ml), Kotlet schabowy (150g), ziemniaki gotowane (200g), surówka (100g)	Salami (80g), pieczywo(50g), masło(20g), pomidor (50g)	Wartość energetyczna (kcal) 2818,6 Białko ogółem(g) 91,3Tłuszcz(g) Węglowodany ogółem(g)317.9 Sól(g)5,9 Sacharoza (g)20,2 Błonnik pokarmowy(g) 29,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem(g) 36,4 Sód(mg) 3123.4
	Alergeny: Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne, jaja	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne, jaja	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne,	
	Śniadanie	**Obiad**	**Kolacja**	**Suma**
Poniedziałek 09.11.2026	Jajko gotowane (80g), pieczywo(50g) masło (20g) pomidor (50g)	Zupa kalafiorowa (300ml), Wątróbka drobiowa z cebulą (150g), ziemniaki gotowane(200g), surówka (100g)	Pasztet wieprzowy z żurawiną (80g) pieczywo(50g), masło(20g) ogórek kiszony (50g)	Wartość energetyczna (kcal) 2640,8 Białko ogółem(g) 89,6Tłuszcz(g) Węglowodany ogółem(g)359.2 Sól(g)6,3 Sacharoza (g)19,3 Błonnik pokarmowy(g) 34,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem(g) 33,1 Sód(mg) 3188.1
	Alergeny: Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne,	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne	

Wtorek 10.11.2026	Zapiekanki z wędliną i serem (200g)	Krupnik (300ml), zawijas wieprzowy w sosie pieczeniowym (150g) kluski śląskie (200g) buraczki zasmażane (100g)	Sałatka jarzynowa, polędwica drobiowa (130g),pieczywo(50g), masło (20g)	Wartość energetyczna (kcal) 2920,9 Białko ogółem(g) 98,2 Tłuszcz(g) Węglowodany ogółem(g)337.4 Sól(g)5,2 Sacharoza (g)15,3Błonnik pokarmowy(g) 42,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem(g) 38,4 Sód(mg) 2809.6
	Alergeny: Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne, jaja	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne, seler i produkty pochodne	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne,	
Środa 11.11.2026	Parówki drobiowe (80g) pieczywo(50g) masło (20g) papryka konserwowa (50g)	Zupa meksykańska (300ml), Filet drobiowy z pomidorem i mozzarellą (150g), ziemniaki opiekane (200g), surówka (100g)	Schab gotowany (80g) pieczywo(50g), masło(20g) ogórek kanapkowy(50g)	Wartość energetyczna (kcal) 2510,3 Białko ogółem(g) 87,8 Tłuszcz(g) Węglowodany ogółem(g)337.2 Sól(g)6,3 Sacharoza (g)16,2 Błonnik pokarmowy(g) 38,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem(g) 37,1 Sód(mg) 3158.2
	Alergeny: Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne,	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, ,mleko i produkty pochodne,	**Alergeny:** Zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne,	