poniedziałek 24.08	wtorek 25.08	środa 26.08	czwartek 27.08	piątek 28.08	sobota 29.08	niedziela 30.08
śniadanie pieczywo pszenne razowe z masłem, szynka drobiowa, ogórek zielony, papryka, ser żółty herbata malinowa Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne, ryby i produkty pochodne	**śniadanie** pieczywo pszenne i razowe z masłem, pasztet wiejski, ogórek konserwowy, serek kanapkowy herbata czarna z cytryna Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), jaja i produkty pochodne	**śniadanie** Pieczywo pszenne i razowe z masłem, szynka krakowska, pomidor coctailowy, serek topiony Herbata owocowa	**śniadanie** pieczywo pszenne i razowe z masłem, serek wiejski, rukola , ogórek, szynka herbata żurawinowa	**śniadanie** Pieczywo pszenne i razowe z masłem, pasta z serka topionego , szczypiorek , rzodkiewka, szynka Herbata z dzikiej róży	**śniadanie** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem, szynka drobiowa ,kiełki ,rzodkiewki, jajko gotowane	**śniadanie** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem, kiełbasa biała, chrzan , papryka herbata owocowa
obiad I danie: Zupa jarzynowa na wywarze mięsno warzywnym (marchew seler por) II danie: Makaron Spaghetti, sos boloński, woda Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja i produkty pochodne, seler i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	**obiad** I danie: zupa krem brokulowy na wywarze mięsno warzywnym (marchew seler por) II danie: roladka gotowana drobiowa, ryz gotowany, sos potrawkowy, warzywa gotowane, kompot truskawkowy Alergeny: zboża zawierające gluten, seler i produkty pochodne, mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)	**obiad** I danie: zupa pomidorowa z ryżem zabielany na wywarze mięsno warzywnym (marchew seler por) II danie: kopytka z boczkiem, kapusta zasmażana Woda z cytryną	**obiad** I danie: zupa ogórkowa na wywarze mięsno warzywnym (marchew seler por) II danie: Udko z kurczaka duszone, ziemniaki puree, buraczki gotowane, kompot owocowy	**obiad** I danie: zupa owocowa z makaronem na zimno II danie: Gzik, ziemniaki gotowane	**obiad** I danie: zupa pieczarkowa na wywarze mięsno-warzywnym (marchew por pietruszka seler pieczarki) II danie: szwajcar, ziemniaki puree z koperkiem ,surówka z pekińskiej kapusty Kompot wieloowocowy	**obiad** I danie: krem borowikowy na wywarze mięsno-warzywnym (marchew por pietruszka seler borowiki) II danie: kotlet drobiowy ,ziemniaki pieczone ,surówka wielowarzywna Woda z cytryną
kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło do smarowania 10g 1 szt Jajko gotowane 1 szt (JAJ,) Szynka zbójnicka 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	**kolacja** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem, kaszanka, musztarda, ogórek małosolny smalec	**kolacja** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem, ser camembert, pomidor ,szynka krakowska , galaretka owocowa	**kolacja** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem, sałatka jarzynowa, jabłko	**kolacja** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem, ser twarogowy , jajecznica na boczku ogórek zielony	**kolacja** •pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem, ser żółty salami ,pomidor, owsianka na mleku z bakaliami	**kolacja** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem, galancik wieprzowy, herbata, ciastka kruche
wartości odżywcze pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem, ser żółty, ogórek zielony, babeczka	**wartości odżywcze** Wartość energetyczna: 2018.44 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 17.71 g; Węglowodany ogółem: 299.55 g; W tym cukry: 53.21 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 9.36 g;	**wartości odżywcze** Wartość energetyczna: 1981.12 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 48.80 g; Kw. tł. nasy.: 14.83 g; Węglowodany ogółem: 320.22 g; W tym cukry: 74.47 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 9.63 g;	**wartości odżywcze** Wartość energetyczna: 2259.08 kcal; Białko ogółem: 83.33 g; Tłuszcz: 71.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.89 g; Węglowodany ogółem: 345.67 g; W tym cukry: 88.81 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sól: 5.95 g;	**wartości odżywcze** Wartość energetyczna: 2222.11 kcal; Białko ogółem: 77.08 g; Tłuszcz: 80.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 321.98 g; W tym cukry: 64.16 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sól: 12.28 g;	**wartości odżywcze** Wartość energetyczna: 2384.56 kcal; Białko ogółem: 134.08 g; Tłuszcz: 90.96 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 277.71 g; W tym cukry: 51.14 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sól: 11.32 g;	**wartości odżywcze** Wartość energetyczna: 2614.38 kcal; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 96.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 342.28 g; W tym cukry: 35.15 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sól: 9.80 g;

firma cateringuwa castrzega prawo bo zmian a ł jadhopsisie

poniedziałek 31.08	wtorek 01.09	środa 02.09	czwartek 03.09	piątek 04.09	sobota 05.09	niedziela 06.09
śniadanie Pieczywo pszenne i razowe z masłem , serek topiony , ogórek, pomidor, szynka z indyka herbata czarna	**śniadanie** Pieczywo pszenne i razowe z masłem , serek kanapkowy, papryka, ogórek, szynka herbata żurawinowa	**śniadanie** Pieczywo pszenne i razowe z masłem , pasztet wędzony , ogórek konserwowy, ser żółty Kawa inka z mlekiem	**śniadanie** Owsianka na mleku Pieczywo pszenne i razowe z masłem, pasztet z kurczaka, pomidory coctailowe, Herbata owocowa	**śniadanie** Pieczywo pszenne i razowe z masłem, pasta z tuńczykiem , szynka, rzodkiewka, szczypiorek, Herbata czarna	**śniadanie** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem, kiełbasa śląska z cebula i musztarda, pomidor, ogórek Herbata malinowa	**śniadanie** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem, jajko w szynce, ser żółty, pomidory koktajlowe Herbata malinowa
obiad I danie: Zupa kapuśniak z kapusty kiszonej na wywarze mięsno warzywnym (marchew seler por pietruszka) II danie: Gulasz wieprzowy z warzywami, ziemniaki gotowane, (marchew seler por pietruszka)	**obiad** I danie: Zupa krem ziemniaczany z boczkiem na wywarze mięsno warzywnym (marchew seler por pietruszka) II danie: Sos carbonara, makaron spaghetti, kompot owocowy	**obiad** I danie: Zupa krem kalafiorowy na wywarze mięsno warzywnym (marchew seler por pietruszka) II danie: Kotlet mielony drobiowy z papryka, ziemniaki puree, ogorek kiszony, Woda	**obiad** I danie: Zupa koperkowa z ryżem na wywarze mięsno warzywnym (marchew seler por) II danie: Kluski leniwe, surówka z marchewki kompot owocowy	**obiad** I danie: Zupa barszcz ukraiński na wywarze mięsno warzywnym (marchew seler por pietruszka) II danie: Pulpety rybne na parze, ziemniaki gotowane, surówka z kapusty kiszonej	**obiad** I danie: zupa Budaszowa na wywarze mięsno-warzywnym II danie: Pieczeń rzymska, ziemniaki, sos pieczeniowy, kalafior z bułką tarta	**obiad** I danie: zupa szparagowana wywarze mięsno-warzywnym II danie: devolay, ziemniaki puree, surówka wielowarzywna, kompot morelowy
kolacja pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem, pasta z białego sera, pomidor, Galaretka truskawkowa (wyrób własny)	**kolacja** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem , szynka, ogórek, Serek malinowy	**kolacja** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem , jajko gotowane, ser żółty, Banan	**kolacja** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem , sałatka makaronowa, Jogurt z muslami (wyrób własny)	**kolacja** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem , pasta z tuńczykiem, ogórek, Babeczki (wyrób własny)	**kolacja** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem, szynka gotowana, ogórek małosolny dżem wiśniowy, jogurt	**kolacja** pieczywo mieszane pszenne i razowe z masłem, serek wiejski, sałatka gyros
wartości odżywcze Wartość energetyczna: 2066.17 kcal; Białko ogółem: 92.67 g; Tłuszcz: 51.62 g; Kw. tł. nasy.: 16.60 g; Węglowodany ogółem: 333.86 g; W tym cukry: 55.02 g; Błonnik pok.: 35.36 g; Sól: 8.51 g;	**wartości odżywcze** Wartość energetyczna: 2018.44 kcal; Białko ogółem: 101.48 g; Tłuszcz: 55.18 g; Kw. tł. nasy.: 17.71 g; Węglowodany ogółem: 299.55 g; W tym cukry: 53.21 g; Błonnik pok.: 28.91 g; Sól: 9.36 g;	**wartości odżywcze** Wartość energetyczna: 1981.12 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 48.80 g; Kw. tł. nasy.: 14.83 g; Węglowodany ogółem: 320.22 g; W tym cukry: 74.47 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 9.63 g;	**wartości odżywcze** Wartość energetyczna: 2259.08 kcal; Białko ogółem: 83.33 g; Tłuszcz: 71.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.89 g; Węglowodany ogółem: 345.67 g; W tym cukry: 88.81 g; Błonnik pok.: 32.84 g; Sól: 5.95 g;	**wartości odżywcze** Wartość energetyczna: 2222.11 kcal; Białko ogółem: 77.08 g; Tłuszcz: 80.10 g; Kw. tł. nasy.: 26.20 g; Węglowodany ogółem: 321.98 g; W tym cukry: 64.16 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sól: 12.28 g;	**wartości odżywcze** Wartość energetyczna: 2384.56 kcal; Białko ogółem: 134.08 g; Tłuszcz: 90.96 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 277.71 g; W tym cukry: 51.14 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sól: 11.32 g;	**wartości odżywcze** Wartość energetyczna: 2614.38 kcal; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 96.80 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 342.28 g; W tym cukry: 35.15 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sól: 9.80 g;

firma cateringuwa castrzega prawo bo zmian a ł jadhopsisie