

Arkusz1

PONIEDZIAŁEK – 15 czerwca 2026

Śniadanie

twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (mleko)	40 g
chleb sitkowy (gluten)	50 g
masło (mleko)	10 g
pomidor	10 g
kawa inka (mleko)	200 ml

Obiad

zupa krem z brokuła z grzankami (mleko, seler, gluten)	280 ml
potrawka z kurczaka (mleko, gluten)	120 g
kasza bulgur (gluten)	150 g
surówka z coleslaw	80 g
kompot wieloowocowy	200 ml

WTOREK – 16 czerwca 2026

Śniadanie

szynka (gluten)	30 g
chleb pszenno-żytni (gluten)	50 g
masło (mleko)	10 g
ogórek świeży	10 g
herbata z cytryną	200 ml

Obiad

krupnik jęczmienny (seler, gluten)	280 ml
kotlet mielony (jajko, gluten)	100 g
ziemniaki	180 g
sałatka z buraczków	80 g
kompot wieloowocowy	200 ml

ŚRODA – 17 czerwca 2026

Śniadanie

zupa mleczna – płatki ryżowe (mleko)	250 ml
placek drożdżowy (jajko, mleko, gluten)	40 g
masło (mleko)	10 g
dżem	10 g
herbata z cytryną	200 ml

Obiad

zupa fasolowa (seler, gluten)	280 ml
kotlet jajeczny (jajko, gluten)	100 g
ziemniaki	180 g
sałata ze szczypiorkiem i rzodkiewką (mleko)	35 g
kompot wieloowocowy	200 ml

CZWARTEK – 18 czerwca 2026

Śniadanie

pasta z szynki i warzyw (gluten, jajko)	40 g
chleb pytlowy (gluten)	50 g
masło (mleko)	10 g
herbata z cytryną	200 ml

Arkusz1

Obiad

rosół z makaronem (seler, gluten)	280 ml
kurczak pieczony	100 g
ziemniaki	180 g
marchewka z groszkiem (gluten)	80 g
kompot wieloowocowy	200 ml

PIĄTEK – 19 czerwca 2026

Śniadanie

pasta rybna z jajkiem (jajko)	30 g
ser żółty (mleko)	15 g
chleb pszenno-żytni (gluten)	50 g
masło (mleko)	10 g
ogórek kiszony	10 g
herbata z cytryną	200 ml

Obiad

botwinka (mleko, seler, gluten)	280 ml
naleśniki z serem i śmietanką (mleko, jajko, gluten)	3 szt
kompot wieloowocowy	200 ml