

PIĄTEK 1.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY		
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie	80g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo pszenno-żytnie	80g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		marchew w plastekach gotowa	30g		ogórek zielony	30g		marchew w plastekach gotowa	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	60g	
serek kanapkowy koperkowy	60g	7	serek kanapkowy koperkowy	60g	7	serek kanapkowy koperkowy	60g	7	serek kanapkowy koperkowy	60g	7	
ZŚ					jabłko	150g	8	jabłko	200g	8		
O B I A D	zupa kalafiorowa z ryżem	300g	9,1	zupa kalafiorowa z ryżem	300g	9,1	zupa kalafiorowa z ryżem brązo	300g	9,1	zupa kalafiorowa z ryżem	300g	9,1
	dorsz w sosie teriyaki z sezamem	150g	4	dorsz w sosie teriyaki z sezamem	150g	4	dorsz w sosie teriyaki z sezamem	200g	4	dorsz w sosie teriyaki z sezamem	150g	4
	ziemniaki puree	200g		ziemniaki puree	200g		ziemniaki z wody	200g		ziemniaki puree	200g	
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	80g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	80g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidorki koktajlowe połówki	60g		pomidorki koktajlowe połówki	60g		pomidorki koktajlowe połówki	60g		pomidorki koktajlowe połówki	60g	
	papryka konserwowa czerwona	30g		pasta z pieczonego buraka	30g		papryka konserwowa czerwona	30g		pasta z pieczonego buraka	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	pasta twarogowa z jogurtem naturalnym i rozmarynem	80g	7	pasta twarogowa z jogurtem naturalnym i rozmarynem	80g	7	pasta twarogowa z jogurtem naturalnym i rozmarynem	80g	7	pasta twarogowa z jogurtem naturalnym i rozmarynem	80g	7
szynka drobiowa gotowana	60g		szynka drobiowa gotowana	60g		szynka drobiowa gotowana	60g		szynka drobiowa gotowana	60g		
PN	jogurt naturalny	90g	7	jogurt naturalny	90g	7	jogurt naturalny	90g	7	jogurt naturalny	90g	7

SOBOTA 2.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIAŁKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY	
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml	1 7 7 7 7	herbata czarna	250ml	1 7 7 7 7	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	1 7 7 7 7	herbata czarna	250ml	1 7 7 7 7	
	bułka razowa	100g		bułka pszenna	80g		bułka razowa	100g	bułka grahamka	100g					
	masło extra	10g		masło extra	10g		masło extra	10g	masło extra	10g					
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	pomidor	60g					
	papryka zielona	30g		burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną	30g		papryka zielona	30g	burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną	30g					
	sałata zielona masłowa	10g		sałata zielona masłowa	10g		sałata zielona masłowa	10g	sałata zielona masłowa	10g					
ZS	szynka wieprzowa parzona	60g	szynka wieprzowa parzona	60g	szynka wieprzowa parzona	60g	szynka wieprzowa parzona	80g	szynka wieprzowa parzona	60g	szynka wieprzowa parzona	60g	szynka wieprzowa parzona	60g	
	twaróg plastry półtłusty	60g	twaróg plastry półtłusty	60g	twaróg plastry półtłusty	60g	twaróg plastry półtłusty	80g	twaróg plastry półtłusty	60g	twaróg plastry półtłusty	60g	twaróg plastry półtłusty	60g	
	chałka	50g	1,3,7	chałka	50g	1,3,7	chałka, kefir	150g	1,3,7	chałka	150g	1,3,7	chałka	50g	1,3,7
O B I A D	zupa jarzynowa (marchew, pietruszka, seler, ziemniak, fasolka zielona)	300g	9,1	zupa jarzynowa (marchew, pietruszka, seler, ziemniak, fasolka zielona)	300g	9,1	zupa jarzynowa (marchew, pietruszka, seler, ziemniak, fasolka zielona)	300g	9,1	zupa jarzynowa (marchew, pietruszka, seler, ziemniak, fasolka zielona)	300g	9,1	zupa jarzynowa (marchew, pietruszka, seler, ziemniak, fasolka zielona)	300g	9,1
	kotlet ryżowy (ryż biały) z marchewką i tofu naturalnym marynowanym w oregano	300g (100g, 80g, 120g)	4,6	kotlet ryżowy (ryż biały) z marchewką i tofu naturalnym marynowanym w oregano	300g (100g, 80g, 120g)	4,6	kotlet ryżowy (ryż brązowy) z marchewką i tofu naturalnym marynowanym w oregano	300g (100g, 80g, 120g)	4,6	kotlet ryżowy (ryż brązowy) z marchewką i tofu naturalnym marynowanym w oregano	350g (150g, 80g, 120g)	4,6	kotlet ryżowy (ryż biały) z marchewką i tofu naturalnym marynowanym w oregano	300g (100g, 80g, 120g)	4,6
	bukiet surówek (buraczki, biała kapusta)	120g (60g, 60g)		buraczki tarte	120g		bukiet surówek (buraczki, biała kapusta)	120g (60g, 60g)		bukiet surówek (buraczki, biała kapusta)	120g (60g, 60g)		buraczki tarte	120g	
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml	1 7 7 7 7 7	herbata czarna	250ml	1 7 7 7 7	herbata czarna	250ml	1 7 7 7 7	herbata czarna	250ml	1 7 7 7 7	herbata czarna	250ml	1 7 7 7 7
	pieczywo pszenno-żytnie	100g		pieczywo pszenne	80g		pieczywo razowe	100g		pieczywo graham	100g				
	masło extra	10g		masło extra	10g		masło extra	10g		masło extra	10g				
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g				
	ogórek	30g		pasta z cukinii	30g		ogórek	30g		pasta z cukinii	30g				
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g				
	ser caprese z pietruszką	80g		ser caprese z pietruszką	80g		ser caprese z pietruszką	80g		ser caprese z pietruszką	100g				
pasztet drobiowy z indyka	60g	pasztet drobiowy z indyka	60g	pasztet drobiowy z indyka	60g	pasztet drobiowy z indyka	80g								
PN	skyr pitny, pieczywo chrupkie	150g (100g, 50g)	1,7	skyr pitny, pieczywo chrupkie	150g (100g, 50g)	1,7	skyr pitny, razowe pieczywo chrupkie	150g (100g, 50g)	1,7	skyr pitny, pieczywo chrupkie	150g (100g, 50g)	1,7	skyr pitny, pieczywo chrupkie	150g (100g, 50g)	1,7

NIEDZIELA 3.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
Ś N I A D A N I E	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g	
	roszponka	10g		roszponka	10g		roszponka	10g		roszponka	10g		roszponka	10g	
	fritata z cukinią i papryką czerwoną	100g	1,3	fritata na parze z cukinią	100g	1,3	fritata z cukinią i papryką czerwoną	100g	1,3	fritata na parze z cukinią	100g	1,3	fritata na parze z cukinią	100g	1,3
	szynka wiejska gotowana	60g		szynka wiejska gotowana	60g		szynka wiejska gotowana	60g		szynka wiejska gotowana	80g		szynka wiejska gotowana	60g	
ZS	ciasto drożdżowe	50g	1,3,7	ciasto drożdżowe	50g	1,3,7	ciasto drożdżowe	50g	1,3,7	jogurt naturalny, ciasto drożdżowe	150g	1,3,7	ciasto drożdżowe	50g	1,3,7
O B I A D	rosół z makaronem	300g	9,1	rosół z makaronem	300g	9,1	rosół z makaronem ryżowym	300g	9,1	rosół z makaronem ryżowym	300g	9,1	bulion warzywny z makaronem	300g	9,1
	filet z indyka a'la schabowy	100g	1	filet z indyka duszony	100g	1	filet z indyka a'la schabowy	100g	1	filet z indyka a'la schabowy	100g	1	filet z indyka duszony	100g	1
	sos koperkowy (bulion warzywny, masło, koper, mąka pszenna)	50g	1,7	sos koperkowy (bulion warzywny, masło, koper, mąka pszenna)	50g	1,7	sos koperkowy (bulion warzywny, masło, koper, mąka pszenna)	50g	1,7	sos koperkowy (bulion warzywny, masło, koper, mąka pszenna)	50g	1,7	sos koperkowy (bulion warzywny, masło, koper, mąka pszenna)	50g	1,7
	puree z ziemniaka i kalafiora	200g (150g:50g)		puree z ziemniaka i kalafiora	200g (150g:50g)		puree z ziemniaka i kalafiora	200g (150g:50g)		puree z ziemniaka i kalafiora	200g (150g:50g)		puree z ziemniaka i kalafiora	200g (150g:50g)	
	surówka z kapusty pekińskiej	120g		tarta marchewka z jabłkiem	120g		surówka z kapusty pekińskiej	120g		tarta marchewka z jabłkiem	120g		tarta marchewka z jabłkiem	120g	
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		pasta z marchewki z pietruszką	30g		ogórek zielony	30g		pasta z marchewki z pietruszką	30g		pasta z marchewki z pietruszką	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	kielbasa drobiowa parzona	60g		kielbasa drobiowa parzona	60g		kielbasa drobiowa parzona	60g		kielbasa drobiowa parzona	80g		kielbasa drobiowa parzona	60g	
	ser żółty	80g	7	serek śmietankowy	80g	7	ser żółty	80g	7	serek śmietankowy	80g	7	serek śmietankowy	80g	7
PN	maślanka	200ml		maślanka	200ml		maślanka	200ml		maślanka	200ml		maślanka	200ml	

PONIEDZIAŁEK 4.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
Ś N I A D A N I E	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	1	herbata czarna	250ml	1	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	7	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g		masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g	
	rukola	10g		rukola	10g		rukola	10g		rukola	10g		rukola	10g	
serek grani ze startymi czarnymi oliwkami	90g	7	serek grani ze startymi czarnymi oliwkami	90g	7	serek grani ze startymi czarnymi oliwkami	90g	7	serek grani ze startymi czarnymi oliwkami	120g	7	serek grani ze startymi czarnymi oliwkami	90g	7	
szynka kanapkowa z indyka	60g		szynka kanapkowa z indyka	60g		szynka kanapkowa z indyka	60g		szynka kanapkowa z indyka	80g		szynka kanapkowa z indyka	60g		
ZS							jabłko	150g		jabłko	150g				
O B I A D	zupa pomidorowa z makaronem	300g	9,1	zupa pomidorowa z makaronem	300g	9,1	zupa pomidorowa z makaronem	300g	9,1	zupa pomidorowa z makaronem	300g	9,1	zupa pomidorowa z makaronem	300g	9,1
	stek wieprzowy duszony w sosie własnym	150g		stek wieprzowy duszony w sosie własnym	150g		stek wieprzowy duszony w sosie własnym	150g		stek wieprzowy duszony w sosie własnym	200g		stek wieprzowy duszony w sosie własnym	150g	
	kasza bulgur	150g	1	kasza jęczmienna	150g	1	kasza bulgur	150g	1	kasza bulgur	150g	1	kasza bulgur	150g	1
	kapusta kiszona z marchewką i olejem	120g		marchew tarta z olejem	120g		kapusta kiszona z marchewką i olejem	120g		marchew tarta z olejem	120g		marchew tarta z olejem	120g	
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	papryka zielona	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		papryka zielona	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	pasta jajeczna na odtłuszczonym majonezie z bazylią	100g	3,7	pasta jajeczna na odtłuszczonym majonezie z bazylią	100g	3,7	pasta jajeczna na odtłuszczonym majonezie z bazylią	100g	3,7	pasta jajeczna na odtłuszczonym majonezie z bazylią	120g	3,7	odtłuszczonym majonezie z bazylią	100g	3,7
szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	80g		szynka wieprzowa gotowana	60g		
PN	serek homogenizowany	100g	7	serek homogenizowany	100g	7	serek homogenizowany	100g	7	serek homogenizowany	100g	7	serek homogenizowany	100g	7

ŚRODA 6.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 80g	1	pieczywo razowe 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	papryka konserwowa 30g		plastry parzonej cukinii 30g		papryka konserwowa 30g		plastry parzonej cukinii 30g		plastry parzonej cukinii 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
serek kanapkowy z chrzanem 60g	7	serek kanapkowy z koperkiem 60g	7	serek kanapkowy z chrzanem 60g	7	serek kanapkowy z chrzanem 80g	7	serek kanapkowy z chrzanem 60g	7	
szynka wieprzowa 60g		szynka wieprzowa 60g		szynka wieprzowa 60g		szynka wieprzowa 80g		szynka wieprzowa 60g		
ZS					ciastko owsiane 80g	1,7	ciastko owsiane 80g	1,7		
O B I A D	zupa selerowa z ziemniakami 300g	9,1	zupa selerowa z ziemniakami 300g	9,1	zupa selerowa z ziemniakami 300g	9,1	zupa selerowa z ziemniakami 300g	9,1	zupa selerowa z ziemniakami 300g	9,1
	pierogi z mięsem gotowane okraszone cebulką i natką pietruszki 250g	1,3,7	pierogi z mięsem gotowane posypane natką pietruszki 250g	1,3,7	pierogi z mąki razowej z mięsem gotowane okraszone cebulką i natką pietruszki 250g	1,3,7	pierogi z mięsem gotowane okraszone cebulką i natką pietruszki 250g	1,3,7	pierogi z mięsem gotowane posypane natką pietruszki 250g	1,3,7
	surówka z czerwonej kapusty 120g		młoda marchewka baby z wody 120g		surówka z czerwonej kapusty 120g		młoda marchewka baby z wody 120g		młoda marchewka baby z wody 120g	
	kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml	
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 80g	1	pieczywo razowe 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g		pasta z pieczonego buraka 30g		ogórek zielony 30g		pasta z pieczonego buraka 30g		pasta z pieczonego buraka 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	ser typu włoskiego Capri plastry 60g	7	ser typu włoskiego Capri plastry 60g	7	ser typu włoskiego Capri plastry 60g	7	ser typu włoskiego Capri plastry 80g	7	ser typu włoskiego Capri plastry 60g	7
sałatka makaronowa (świderki, razowe) z szynką z indyka parzona z ogórkiem kiszonym i pietruszką na odtłuszczonym majonezie 120g (50g, 30g, 20g, 10g, 10g)	1,3,4	sałatka makaronowa (świderki) z szynką z indyka parzona z ogórkiem kiszonym i pietruszką na odtłuszczonym majonezie 120g (50g, 30g, 20g, 10g, 10g)	1,3,4	sałatka makaronowa (świderki, razowe) z szynką z indyka parzona z ogórkiem kiszonym i pietruszką na odtłuszczonym majonezie 120g (50g, 30g, 20g, 10g, 10g)	1,3,4	sałatka makaronowa (świderki) z szynką z indyka parzona z ogórkiem kiszonym i pietruszką na odtłuszczonym majonezie 120g (50g, 30g, 20g, 10g, 10g)	1,3,4	sałatka makaronowa (świderki) z szynką z indyka parzona z ogórkiem kiszonym i pietruszką na odtłuszczonym majonezie 120g (50g, 30g, 20g, 10g, 10g)	1,3,4	
PN	kefir 150ml	7	kefir 150ml	7	kefir 150ml	7	kefir 200ml	7	kefir 150ml	7

CZWARTEK 7.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g	
	roszponka	10g		roszponka	10g		roszponka	10g		roszponka	10g		roszponka	10g	
	pasta twarogowa z pietruszką i pomidorami suszonymi	60g	7	pasta twarogowa z pietruszką i pomidorami suszonymi	60g	7	pasta twarogowa z pietruszką i pomidorami suszonymi	60g	7	pasta twarogowa z pietruszką i pomidorami suszonymi	80g	7	pasta twarogowa z pietruszką i pomidorami suszonymi	60g	7
pasta mięsna	60g		pasta mięsna	60g		pasta mięsna	60g		pasta mięsna	80g		pasta mięsna	60g		
ZS							jabłko	120g		jabłko	120g				
O B I A D	zupa szpinakowa	300g	9,1	zupa szpinakowa	300g	9,1	zupa szpinakowa	300g	9,1	zupa szpinakowa	300g	9,1	zupa szpinakowa	300g	9,1
	duszony filet z indyka w sosie szpinakowym	150g	1	duszony filet z indyka w sosie szpinakowym	150g	1	duszony filet z indyka w sosie szpinakowym	150g	1	duszony filet z indyka w sosie szpinakowym	200g	1	duszony filet z indyka w sosie szpinakowym	150g	1
	ziemniaki z koperkiem	200g		ziemniaki z koperkiem	200g		ziemniaki z koperkiem	200g		ziemniaki z koperkiem	200g		ziemniaki z koperkiem	200g	
	zielona fasolka z wody	120g		zielona fasolka z wody	120g		zielona fasolka z wody	120g		zielona fasolka z wody	120g		zielona fasolka z wody	120g	
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
hummus łagodny paprykowy	60g	6,1	hummus łagodny paprykowy	60g	6,1	hummus łagodny paprykowy	60g	6,1	hummus łagodny paprykowy	80g	6,1	hummus łagodny paprykowy	60g	6,11	
szynka parzona wieprzowa	60g		szynka parzona wieprzowa	60g		szynka parzona wieprzowa	60g		szynka parzona wieprzowa	80g		szynka parzona wieprzowa	60g		
PN	ciastko kokosowo-owsiane	50g	1,3,7	ciastko kokosowo-owsiane	50g	1,3,7	ciastko kokosowo-owsiane	50g	1,3,7	ciastko kokosowo-owsiane	50g	1,3,7	ciastko kokosowo-owsiane	50g	1,3,7

PIĄTEK 8.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
Ś N I A D A N I E	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	kajzerka razowa	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną	30g		ogórek zielony	30g		burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną	30g		burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	pasta twarogowa z rzodkiewką	60g	7	pasta twarogowa z koperkiem	60g	7	pasta twarogowa z rzodkiewką	60g	7	pasta twarogowa z koperkiem	80g	7	pasta twarogowa z koperkiem	60g	7
szynka kanapkowa wieprzowa	60g		szynka kanapkowa wieprzowa	60g		szynka kanapkowa wieprzowa	60g		szynka kanapkowa wieprzowa	80g		szynka kanapkowa wieprzowa	60g		
ZS							mandarynka	80g		mandarynka	80g				
O B I A D	zupa ziemniaczana	300g	9,1	zupa ziemniaczana	300g	9,1	zupa ziemniaczana	300g	9,1	zupa ziemniaczana	300g	9,1	zupa ziemniaczana	300g	9,1
	miruna w razowym cieście naleśnikowym w sosie cytrynowym	150g	4,6,7	miruna w cieście naleśnikowym w sosie cytrynowym	150g	4,6,7	miruna w razowym cieście naleśnikowym w sosie cytrynowym	150g	4,6,7	miruna w cieście naleśnikowym w sosie cytrynowym	150g	4,6,7	miruna w cieście naleśnikowym w sosie cytrynowym	150g	4,6,7
	ziemniaki	200g		ziemniaki	200g		ziemniaki	200g		ziemniaki	200g		ziemniaki	200g	
	pieczone warzywa w ziołach prowansalskich (cukinia, pomidor, marchew)	200g (70g,70g,60g)		pieczone warzywa w ziołach prowansalskich (cukinia, pomidor, marchew)	200g (70g,70g,60g)		pieczone warzywa w ziołach prowansalskich (cukinia, pomidor, marchew)	200g (70g,70g,60g)		pieczone warzywa w ziołach prowansalskich (cukinia, pomidor, marchew)	200g (70g,70g,60g)		pieczone warzywa w ziołach prowansalskich (cukinia, pomidor, marchew)	200g (70g,70g,60g)	
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	rzodkiewka	60g		pomidor	60g		rzodkiewka	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		pasta z młodej marchewki z czarnuszką	30g		ogórek zielony	30g		pasta z młodej marchewki z czarnuszką	30g		pasta z młodej marchewki z czarnuszką	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	serek kanapkowy śmietankowy	60g	7	serek kanapkowy śmietankowy	60g	7	serek kanapkowy śmietankowy	60g	7	serek kanapkowy śmietankowy	80g	7	serek kanapkowy śmietankowy	60g	7
fritata z kiełbasą śląską, pomidorkami i papryką	100g	1,3,7	fritata z kiełbasą śląską, pomidorkami i szpinakiem	100g	1,3,7	fritata z kiełbasą śląską, pomidorkami i papryką	100g	1,3,7	fritata z kiełbasą śląską, pomidorkami i szpinakiem	100g	1,3,7	fritata z kiełbasą śląską, pomidorkami i szpinakiem	100g	1,3,7	
PN	maślanka	150ml	7	maślanka	150ml	7	maślanka	150ml	7	maślanka	200ml	7	maślanka	150ml	7

SOBOTA 9.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	bułka razowa 100g	1	bułka pszenna 80g	1	bułka razowa 100g	1	bułka pszenna 100g	1	bułka graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	oliwki czarne połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
serek grani z kiszonym ogórkier 60g	7	serek grani z kiszonym ogórkier 60g	7	serek grani z kiszonym ogórkier 60g	7	serek grani z kiszonym ogórkier 60g	7	serek grani z kiszonym ogórkier 60g	7	
szynka tostowa z kurczaka 60g		szynka tostowa z kurczaka 60g		szynka tostowa z kurczaka 60g		szynka tostowa z kurczaka 60g		szynka tostowa z kurczaka 60g		
ZS	chałka 50g	1,3,7	chałka 50g	1,3,7	chałka, kefir 150g	1,3,7	chałka, kefir 150g	1,3,7	chałka 50g	1,3,7
O B I A D	barszcz biały 300g	9,1	barszcz biały 300g	9,1	barszcz biały 300g	9,1	barszcz biały 300g	9,1	barszcz biały 300g	9,1
	łagodne curry warzywne z tofu naturalnym (tofu, marchew, cukinia, ziemniak, bakłażan) 250g (100g, 50g, 30g, 40g, 30g)	6	łagodne curry warzywne z tofu naturalnym (tofu, marchew, cukinia, ziemniak, bakłażan) 250g (100g, 50g, 30g, 40g, 30g)	6	łagodne curry warzywne z tofu naturalnym (tofu, marchew, cukinia, ziemniak, bakłażan) 250g (100g, 50g, 30g, 40g, 30g)	6	łagodne curry warzywne z tofu naturalnym (tofu, marchew, cukinia, ziemniak, bakłażan) 250g (100g, 50g, 30g, 40g, 30g)	6	łagodne curry warzywne z tofu naturalnym (tofu, marchew, cukinia, ziemniak, bakłażan) 250g (100g, 50g, 30g, 40g, 30g)	6
	kasza bulgur 150g	1	kasza jaglana 150g	1	kasza bulgur 150g	1	kasza jaglana 150g	1	kasza jaglana 150g	1
	kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml	
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
K O L A C J A	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 80g	1	pieczywo razowe 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g	
	roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g	
	mozzarella plastry z pesto bazyliowym 100g (80g, 20g)	7	mozzarella plastry z pastą pietruszkową 100g (80g, 20g)	7	mozzarella plastry z pesto bazyliowym 100g (80g, 20g)	7	mozzarella plastry z pastą pietruszkową 100g (80g, 20g)	7	mozzarella plastry z pastą pietruszkową 100g (80g, 20g)	7
	połędwica sopocka 60g		połędwica sopocka 60g		połędwica sopocka 60g		połędwica sopocka 60g		połędwica sopocka 60g	
PN	jogurt naturalny z siemieniem 150ml	7	jogurt naturalny z siemieniem 150ml	7	jogurt naturalny z siemieniem 150ml	7	jogurt naturalny z siemieniem 150ml	7	jogurt naturalny z siemieniem 150ml	7

NIEDZIELA 10.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 80g	1	pieczywo razowe 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
żółty ser 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7	żółty ser 90g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7	
pasztet wieprzowy 60g		pasztet wieprzowy 60g		pasztet wieprzowy 60g		pasztet wieprzowy 80g		pasztet wieprzowy 60g		
ZS	ciasto drożdżowe 50g	1,7	ciasto drożdżowe 50g	1,7	ciasto drożdżowe 50g	1,7	ciasto drożdżowe 150g	1,7	ciasto drożdżowe 50g	1,7
O B I A D	rosół z makaronem 300g	9,1	rosół z makaronem 300g	9,1	rosół z makaronem ryżowym 300g	9,1	rosół z makaronem 300g	9,1	bulion warzywny z makaronem 300g	9,1
	pieczeń rzymska z sosie 200g (100g, 20g, 10g,	1,3	pieczeń rzymska z sosie 200g (100g, 20g, 10g,	1,3	pieczeń rzymska z sosie 200g (100g, 20g, 10g,	1,3	pieczeń rzymska z sosie 200g (100g, 20g, 10g,	1,3	pieczeń rzymska z sosie 200g (100g, 20g, 10g,	1,3
	warzywnym (marchew, pietruszka, cukinia) 20g)		warzywnym (marchew, pietruszka, cukinia) 20g)		warzywnym (marchew, pietruszka, cukinia) 20g)		warzywnym (marchew, pietruszka, cukinia) 20g)		warzywnym (marchew, pietruszka, cukinia) 20g)	
	puree z ziemniaka z kalafiorem 200g (70:30)	7	puree z ziemniaka z kalafiorem 200g (70:30)	7	puree z ziemniaka z kalafiorem 200g (70:30)	7	puree z ziemniaka z kalafiorem 200g (70:30)	7	puree z ziemniaka z kalafiorem 200g (70:30)	7
	tarta marchewka z jabłkiem 120g		duszona marchewka z jabłkiem 120g		tarta marchewka z jabłkiem 120g		tarta marchewka z jabłkiem 120g		tarta marchewka z jabłkiem 120g	
	kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml	
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 80g	1	pieczywo razowe 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek zielony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
pasta twarogowa z chrzanem 90g	7	pasta twarogowa 90g	7	pasta twarogowa z chrzanem 90g	7	pasta twarogowa z chrzanem 90g	7	pasta twarogowa z chrzanem 90g	7	
kurczak gotowany z marchewką w galarecie 150g		kurczak gotowany z marchewką w galarecie 150g		kurczak gotowany z marchewką w galarecie 150g		kurczak gotowany z marchewką w galarecie 150g		kurczak gotowany z marchewką w galarecie 150g		
PN	jogurt pitny skyr 100ml		jogurt pitny skyr 100ml		jogurt pitny skyr 100ml		jogurt pitny skyr 100ml		jogurt pitny skyr 100ml	

PONIEDZIAŁEK 11.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY		
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		marchewka baby z wody	30g		ogórek zielony	30g		marchewka baby z wody	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	serek śmietankowy z tymiankiem	60g	7	serek śmietankowy z tymiankiem	60g	7	serek śmietankowy z tymiankiem	80g	7	serek śmietankowy z tymiankiem	60g	7
szynka parzona wieprzowa	60g		szynka parzona wieprzowa	60g		szynka parzona wieprzowa	80g		szynka parzona wieprzowa	60g		
ZS					jabłko	150g	8	jabłko	150g	8		
O B I A D	zupa z zielonych warzyw (brokuł, cukinia, fasolka szparagowa)	300g	9,1	zupa z zielonych warzyw (brokuł, cukinia, fasolka szparagowa)	300g	9,1	zupa z zielonych warzyw (brokuł, cukinia, fasolka szparagowa)	300g	9,1	zupa z zielonych warzyw (brokuł, cukinia, fasolka szparagowa)	300g	9,1
	kotlet pożarski indyka duszony w sosie pomidorowym	150g	4	kotlet pożarski indyka duszony w sosie pomidorowym	150g	4	kotlet pożarski indyka duszony w sosie pomidorowym	200g	4	kotlet pożarski indyka duszony w sosie pomidorowym	150g	4
	ziemniaki pieczone drobna kost	200g		ziemniaki	200g		ziemniaki	200g		ziemniaki	200g	
	surówka z selera i jabłka	120g	9	seler duszony z jabłkiem	120g	9	seler duszony z jabłkiem	120g	9	seler duszony z jabłkiem	120g	9
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	papryka czerwona	30g		pasta z buraka z zieloną pietruszką	30g		papryka czerwona	30g		pasta z buraka z zieloną pietruszką	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	sałatka makaronowa (rurki, razowe) z jajkiem gotowanym, brokułem i pietruszką na lekkim sosie jogurtowym	160g (90g, 50g, 10g, 10g)	1,3, 4	sałatka makaronowa (rurki) z jajkiem na miękko, brokułem i pietruszką na lekkim sosie jogurtowym	160g (90g, 50g, 10g, 10g)	1,3, 4	sałatka makaronowa (rurki, razowe) z jajkiem gotowanym, brokułem i pietruszką na lekkim sosie jogurtowym	160g (90g, 50g, 10g, 10g)	1,3, 4	sałatka makaronowa (rurki) z jajkiem na miękko, brokułem i pietruszką na lekkim sosie jogurtowym	160g (90g, 50g, 10g, 10g)	1,3,4
szynka parzona wieprzowa	60g		szynka parzona wieprzowa	60g		szynka parzona wieprzowa	80g		szynka parzona wieprzowa	60g		
PN	ciastko zbożowe	50g	1	ciastko zbożowe	50g	1	ciastko zbożowe	50g	1	ciastko zbożowe	50g	1

WTOREK 12.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo pszenne	80g	1 pieczywo razowe	100g	1 pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo graham	100g
	masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g
	pomidor	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g
	ogórek zielony	30g	marchewka baby z wody	30g	ogórek zielony	30g	marchewka baby z wody	30g	marchewka baby z wody	30g
	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g
	serek wiejski z koperkiem	60g	7 serek wiejski z koperkiem	60g	7 serek wiejski z koperkiem	60g	7 serek wiejski z koperkiem	80g	7 serek wiejski z koperkiem	60g
połudwica drobiowa	60g	połudwica drobiowa	60g	połudwica drobiowa	60g	połudwica drobiowa	80g	połudwica drobiowa	60g	
ZS					banan zielony	150g	7 banan	150g	7	
O B I A D	barszcz ukraiński	300g	9,1 barszcz ukraiński	300g	9,1 barszcz ukraiński	300g	9,1 barszcz ukraiński	300g	9,1 barszcz ukraiński	300g
	schab duszony w sosie	300g (120g,	schab duszony w sosie	300g (120g,	schab duszony w sosie	300g (120g,	schab duszony w sosie	300g (120g,	schab duszony w sosie	300g (120g,
	warzywno-owocowym	60g, 60g,	4 warzywno-owocowym	60g, 60g,	4 warzywno-owocowym	60g, 60g,	4 warzywno-owocowym	60g, 60g,	4 warzywno-owocowym	60g, 60g,
	(marchew, pietruszka, jabłko)	60g)	(marchew, pietruszka, jabłko)	60g)	(marchew, pietruszka, jabłko)	60g)	(marchew, pietruszka, jabłko)	60g)	(marchew, pietruszka, jabłko)	60g)
	kasza bulgur	150g	1 kasza jęczmienna	150g	1 kasza bulgur	150g	1 kasza bulgur	150g	1 kasza bulgur	150g
surówka z białej kapusty z koperkiem	120g	buraczki tarte	120g	surówka z białej kapusty z koperkiem	120g	surówka z białej kapusty z koperkiem	120g	buraczki tarte	120g	
kompot b/c owocowy	250ml	kompot b/c owocowy	250ml	kompot b/c owocowy	250ml	kompot b/c owocowy	250ml	kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo pszenne	80g	1 pieczywo razowe	100g	1 pieczywo pszenno-żytnie	100g	1 pieczywo graham	100g
	masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g	7 masło extra	10g
	pomidor	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g	60g	
	ogórek zielony	30g	pasta z cukinii z kolendrą	30g	ogórek zielony	30g	pasta z cukinii z kolendrą	30g	pasta z cukinii z kolendrą	30g
	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g
	serek homogenizowany śmietankowy	60g	7 serek homogenizowany śmietankowy	60g	7 serek homogenizowany śmietankowy	60g	7 serek homogenizowany śmietankowy	80g	7 serek homogenizowany śmietankowy	60g
pasta z sardynek w sosie własnym i twarogu z koperkiem	80g	4,7 pasta z sardynek w sosie własnym i twarogu z koperkiem	80g	4,7 pasta z sardynek w sosie własnym i twarogu z koperkiem	80g	4,7 pasta z sardynek w sosie własnym i twarogu z koperkiem	80g	4,7 pasta z sardynek w sosie własnym i twarogu z koperkiem	80g	
PN	jogurt z nasionami chia	100g	7 jogurt z nasionami chia	100g	7 jogurt z nasionami chia	100g	7 jogurt z nasionami chia	150g	7 jogurt z nasionami chia	100g

ŚRODA 13.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGOTOBIAŁKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY		
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		plastry parzonej cukinii	30g		ogórek zielony	30g		plastry parzonej cukinii	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
jajko na twardo	90g	3	jajko na miękko	90g	3	jajko na twardo	90g	3	jajko na miękko	90g	3	
szynka z kurczaka parzona	60g		szynka z kurczaka parzona	60g		szynka z kurczaka parzona	60g		szynka z kurczaka parzona	60g		
ZS					jabłko	150g	jabłko	150g				
O B I A D	krupnik z kaszą jęczmienną	300g	9,1	krupnik z kaszą jęczmienną	300g	9,1	krupnik z kaszą jęczmienną	300g	9,1	krupnik z kaszą jęczmienną	300g	9,1
	pierogi z soczewicą z wody z cebulką	250g	1,3,6,7	pierogi z soczewicą z wody z cebulką	250g	1,3,6,7	pierogi z soczewicą z wody z cebulką	250g	1,3,6,7	pierogi z soczewicą z wody z cebulką	250g	1,3,6,7
	warzywa duszone (marchew, cukinia, brokuł, kalafior)	200g (50g, 50g, 50g, 50g)		warzywa duszone (marchew, cukinia, brokuł, kalafior)	200g (50g, 50g, 50g, 50g)		warzywa duszone (marchew, cukinia, brokuł, kalafior)	200g (50g, 50g, 50g, 50g)		warzywa duszone (marchew, cukinia, brokuł, kalafior)	200g (50g, 50g, 50g, 50g)	
	kefir	100g	7	kefir	100g	7	kefir	100g	7	kefir	100g	7
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	papryka konserwowa	60g		pomidor	60g		papryka konserwowa	60g		pomidor	60g	
	oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	pasta z fety z jogurtem i bazylią	60g	7	bazyliowa pasta z twarogu	60g	7	pasta z fety z jogurtem i bazylią	60g	7	bazyliowa pasta z twarogu	60g	7
parówka wieprzowa z wody	60g		parówka wieprzowa z wody	60g		parówka wieprzowa z wody	60g		parówka wieprzowa z wody	60g		
PN	bananowe ciasto owsiane	100g	1,3,7	bananowe ciasto owsiane	100g	1,3,7	bananowe ciasto owsiane	100g	1,3,7	bananowe ciasto owsiane	100g	1,3,7

CZWARTEK 14.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
Ś N I A D A N I E	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		plastry buraka gotowanego z pietruszką	30g		ogórek zielony	30g		plastry buraka gotowanego z pietruszką	30g		plastry buraka gotowanego z pietruszką	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
serek grani z lubczykiem	60g	7	serek grani z lubczykiem	60g	7	serek grani z lubczykiem	60g	7	serek grani z lubczykiem	100g	7	serek grani z lubczykiem	60g	7	
drobiowa pasta mięsna	80g		drobiowa pasta mięsna	80g		drobiowa pasta mięsna	80g		drobiowa pasta mięsna	100g		drobiowa pasta mięsna	80g		
ZS							maślanka	200g	7	maślanka	200g	7			
O B I A D	zacierkowa	300g	9,1	zacierkowa	300g	9,1	zacierkowa	300g	9,1	zacierkowa	300g	9,1	zacierkowa	300g	9,1
	kurczak w sosie tymiankowym	150g		kurczak w sosie tymiankowym	150g		kurczak w sosie tymiankowym	150g		kurczak w sosie tymiankowym	150g		kurczak w sosie tymiankowym	150g	
	ziemniaki z koperkiem	200g		ziemniaki z koperkiem	200g		ziemniaki z koperkiem	200g		ziemniaki z koperkiem	200g		ziemniaki z koperkiem	200g	
	surówka z kapusty pekińskiej	120g	7	surówka z kapusty pekińskiej	120g	7	surówka z kapusty pekińskiej	120g	7	surówka z kapusty pekińskiej	120g	7	surówka z kapusty pekińskiej	120g	7
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	papryka żółta	30g		pasta z cukinii z tymiankiem	30g		papryka żółta	30g		pasta z cukinii z tymiankiem	30g		pasta z cukinii z tymiankiem	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	naleśnik pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie własnym,	200g		naleśnik z tuńczykiem w sosie własnym, serem żółtym,	200g		naleśnik pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie własnym,	200g		naleśnik pełnoziarnisty z tuńczykiem w sosie własnym,	200g		naleśnik z tuńczykiem w sosie własnym,	200g	
	serem żółtym, ogórkiem	(50g,50g, 10g, 30g,	1,3,4	ogórkiem kiszonym i pietruszką	(50g,50g, 10g, 30g, 20g, 10g,	1,3,4	serem żółtym, ogórkiem kiszonym i pietruszką na	(50g,50g, 10g, 30g, 20g, 10g,	1,3,4	serem żółtym, ogórkiem kiszonym i pietruszką na	(50g,50g, 10g, 30g, 20g, 10g,	1,3,4	naleśnik z tuńczykiem w sosie własnym, serem żółtym, ogórkiem kiszonym i pietruszką	(50g,50g, 10g, 30g, 20g, 10g,	1,3,4
	kiszonym i pietruszką na odtłuszczonym majonezie	10g)		na odtłuszczonym majonezie	10g)		odtłuszczonym majonezie	10g)		odtłuszczonym majonezie	10g)		na odtłuszczonym majonezie	10g)	
	serek kanapkowy śmietankowy	60g		serek kanapkowy śmietankowy	60g		serek kanapkowy śmietankowy	60g		serek kanapkowy śmietankowy	80g		serek kanapkowy śmietankowy	60g	
PN	mandarynka, wafle ryżowe	100g (50g, 50g)		mandarynka, wafle ryżowe	100g (50g, 50g)		mandarynka, wafle ryżowe	100g (50g, 50g)		mandarynka, wafle ryżowe	100g (50g, 50g)		mandarynka, wafle ryżowe	100g (50g, 50g)	

PIĄTEK 15.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
Ś N I A D A N I E	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	80g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	80g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		marchew w plastekach gotowana	30g		ogórek zielony	30g		marchew w plastekach gotowana	30g		marchew w plastekach gotowana	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	połudwica sopocka	60g		połudwica sopocka	60g		połudwica sopocka	60g		połudwica sopocka	60g		połudwica sopocka	60g	
serek kanapkowy bazyliowy	60g	7	serek kanapkowy bazyliowy	60g	7	serek kanapkowy bazyliowy	60g	7	serek kanapkowy bazyliowy	80g	7	serek kanapkowy bazyliowy	60g	7	
ZS							jabłko	150g	8	jabłko	200g	8			
O B I A D	zupa dyniowo-marchewkowa	300g	9,1	zupa dyniowo-marchewkowa	300g	9,1	zupa dyniowo-marchewkowa	300g	9,1	zupa dyniowo-marchewkowa	300g	9,1	zupa dyniowo-marchewkowa	300g	9,1
	morszczuk w panku w kremowym sosie z suszonych pomidorów	200g (150g,50g)	1,4,9	morszczuk w panku w kremowym sosie z suszonych pomidorów	200g (150g,50g)	1,4,9	morszczuk w panku w kremowym sosie z suszonych pomidorów	200g (150g,50g)	1,4,9	morszczuk w panku w kremowym sosie z suszonych pomidorów	200g (150g,50g)	1,4,9	morszczuk w panku w kremowym sosie z suszonych pomidorów	200g (150g,50g)	1,4,9
	brązowy ryż jaśminowy ze szpinakiem i brokułem	300g (150g, 50g, 100g)		ryż jaśminowy ze szpinakiem i brokułem	300g (150g, 50g, 100g)		brązowy ryż jaśminowy ze szpinakiem i brokułem	300g (150g, 50g, 100g)		ryż jaśminowy ze szpinakiem i brokułem	300g (150g, 50g, 100g)		ryż jaśminowy ze szpinakiem i brokułem	300g (150g, 50g, 100g)	
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	80g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	80g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	papryka żółta	30g		pasta z pieczonego buraka	30g		papryka żółta	30g		pasta z pieczonego buraka	30g		pasta z pieczonego buraka	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	pasta z ricotty (ricotta, oliwa z oliwek, czarne oliwki posiekane)	80g	7	pasta z ricotty (ricotta, oliwa z oliwek, czarne oliwki posiekane)	80g	7	pasta z ricotty (ricotta, oliwa z oliwek, czarne oliwki posiekane)	80g	7	pasta z ricotty (ricotta, oliwa z oliwek, czarne oliwki posiekane)	100g	7	pasta z ricotty (ricotta, oliwa z oliwek, czarne oliwki posiekane)	80g	7
kielbasa drobiowa gotowana	60g		kielbasa drobiowa gotowana	60g		kielbasa drobiowa gotowana	60g		kielbasa drobiowa gotowana	80g		kielbasa drobiowa gotowana	60g		
PN	ciastko owsiane z żurawiną	50g	1,3,7	ciastko owsiane z żurawiną	50g	1,3,7	ciastko owsiane z żurawiną	50g	1,3,7	ciastko owsiane z żurawiną	50g	1,3,7	ciastko owsiane z żurawiną	50g	1,3,7

SOBOTA 16.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	bułka razowa 100g	1	bułka pszenna 80g	1	bułka razowa 100g	1	bułka pszenna 80g	1	bułka graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek konserwowy 30g		burak gotowany w plasterach z pietruszką zieloną 30g		ogórek konserwowy 30g		burak gotowany w plasterach z pietruszką zieloną 30g		burak gotowany w plasterach z pietruszką zieloną 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
szynka wieprzowa gotowana 60g		szynka wieprzowa gotowana 60g		szynka wieprzowa gotowana 60g		szynka wieprzowa gotowana 80g		szynka wieprzowa gotowana 60g		
paprykowa pasta jajeczna na jogurcie (jaja, jogurt, papryka czerwona surowa) 90g	3,7	paprykowa pasta jajeczna na jogurcie (jaja, jogurt, słodka papryka w proszku) 90g	3,7	jogurcie (jaja, jogurt, papryka czerwona surowa) 90g	3,7	jogurcie (jaja, jogurt, papryka czerwona surowa) 90g	3,7	jogurcie (jaja, jogurt, słodka papryka w proszku) 90g	3,7	
ZS	chałka 50g	1,3,7	chałka 50g	1,3,7	chałka, kefir 150g	1,3,7	chałka 150g	1,3,7	chałka 50g	1,3,7
O B I A D	zupa fasolkowa (marchew, pietruszka, seler, ziemniak, fasolka zielona) 300g	9,1	zupa fasolkowa (marchew, pietruszka, seler, ziemniak, fasolka zielona) 300g	9,1	zupa fasolkowa (marchew, pietruszka, seler, ziemniak, fasolka zielona) 300g	9,1	zupa fasolkowa (marchew, pietruszka, seler, ziemniak, fasolka zielona) 300g	9,1	zupa fasolkowa (marchew, pietruszka, seler, ziemniak, fasolka zielona) 300g	9,1
	kotlet warzywny z tofu w ziołowym sosie (tofu 100g, 50g, naturalne, cukinia, marchew, 50g,50g) 350g (100g, 100g, 50g, 50g,50g)	4,6	kotlet warzywny z tofu w ziołowym sosie (tofu 100g, 50g, naturalne, cukinia, marchew, 50g,50g) 350g (100g, 100g, 50g, 50g,50g)	4,6	kotlet warzywny z tofu w ziołowym sosie (tofu 100g, 50g, naturalne, cukinia, marchew, 50g,50g) 350g (100g, 100g, 50g, 50g,50g)	4,6	kotlet warzywny z tofu w ziołowym sosie (tofu 100g, 50g, naturalne, cukinia, marchew, 50g,50g) 350g (100g, 100g, 50g, 50g,50g)	4,6	kotlet warzywny z tofu w ziołowym sosie (tofu 100g, 50g, naturalne, cukinia, marchew, 50g,50g) 350g (100g, 100g, 50g, 50g,50g)	4,6
	kasza jęczmienna 150g	1	kasza jęczmienna 150g	1	kasza jęczmienna 150g	1	kasza jęczmienna 150g	1	kasza jęczmienna 150g	1
	kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml	
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 80g	1	pieczywo razowe 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie 80g	1	pieczywo graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony z czarnuszką 30g		pasta z cukinii z czarnuszką 30g		ogórek zielony z czarnuszką 30g		pasta z cukinii z czarnuszką 30g		pasta z cukinii z czarnuszką 30g	
	roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g		roszponka 10g	
ser caprese w plasterach z pietruszką 80g	7	ser caprese w plasterach z pietruszką 80g	7	ser caprese w plasterach z pietruszką 80g	7	ser caprese w plasterach z pietruszką 100g	7	ser caprese w plasterach z pietruszką 80g	7	
pasztet drobiowy z kurcząt 60g		pasztet drobiowy z kurcząt 60g		pasztet drobiowy z kurcząt 60g		pasztet drobiowy z kurcząt 80g		pasztet drobiowy z kurcząt 60g		
PN	jogurt, granola b/c (owsiane, jęczmienne) 150g	1,7	jogurt, granola b/c (owsiane, jęczmienne) 150g	1,7	jogurt, granola b/c (owsiane, jęczmienne) 150g	1,7	jogurt, granola b/c (owsiane, jęczmienne) 150g	1,7	jogurt, granola b/c (owsiane, jęczmienne) 150g	1,7

NIEDZIELA 17.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRYSYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	zielona fritata (cukinia, szpinak liście, zielona papryka)	150g (90g,30g,10g, 20g)	1,3	zielona fritata na parze (cukinia, szpinak liście)	150g (90g,30g,10g, 20g)	1,3	zielona fritata (cukinia, szpinak liście, zielona papryka)	150g (90g,30g,10g, 20g)	1,3	zielona fritata (cukinia, szpinak liście, zielona papryka)	150g (90g,30g,10g, 20g)	1,3	zielona fritata (cukinia, szpinak liście)	150g (90g,30g,10g, 20g)	1,3
	szynka wiejska gotowana	60g		szynka wiejska gotowana	60g		szynka wiejska gotowana	60g		szynka wiejska gotowana	80g		szynka wiejska gotowana	60g	
ZS	ciasto drożdżowe	50g	1,3,7	ciasto drożdżowe	50g	1,3,7	ciasto drożdżowe	50g	1,3,7	jogurt naturalny, ciasto drożdżowe	150g	1,3,7	ciasto drożdżowe	50g	1,3,7
O B I A D	rosół z makaronem	300g	9,1	rosół z makaronem	300g	9,1	rosół z makaronem ryżowym	300g	9,1	rosół z makaronem ryżowym	300g	9,1	bulion warzywny z makaronem	300g	9,1
	filet z kurczaka po parysku	100g	1	filet z kurczaka po parysku	100g	1	filet z kurczaka po parysku	100g	1	filet z kurczaka po parysku	100g	1	filet z kurczaka po parysku	100g	1
	sos pietruszkowy (bulion warzywny, masło, nać pietruszki, mąka pszenna)	50g	1,7	sos pietruszkowy (bulion warzywny, masło, nać pietruszki, mąka pszenna)	50g	1,7	sos pietruszkowy (bulion warzywny, masło, nać pietruszki, mąka pszenna)	50g	1,7	sos pietruszkowy (bulion warzywny, masło, nać pietruszki, mąka pszenna)	50g	1,7	sos pietruszkowy (bulion warzywny, masło, nać pietruszki, mąka pszenna)	50g	1,7
	puree z ziemniaka i marchewki	200g (150g:50g)		puree z ziemniaka i brokuła	200g (150g:50g)		puree z ziemniaka i marchewki	200g (150g:50g)		puree z ziemniaka i marchewki	200g (150g:50g)		puree z ziemniaka i brokuła	200g (150g:50g)	
	surówka z białej kapusty	120g		tarty burak	120g		surówka z białej kapusty	120g		surówka z białej kapusty	120g		tarty burak	120g	
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		pasta z marchewki z pietruszką	30g		ogórek zielony	30g		pasta z marchewki z pietruszką	30g		pasta z marchewki z pietruszką	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
parówka drobiowa z wody	60g		parówka drobiowa z wody	60g		parówka drobiowa z wody	60g		parówka drobiowa z wody	60g		parówka drobiowa z wody	60g		
serek śmietankowy z ziołami	80g	7	serek śmietankowy z ziołami	80g	7	serek śmietankowy z ziołami	80g	7	serek śmietankowy z ziołami	80g	7	serek śmietankowy z ziołami	80g	7	
PN	maślanka	200ml		maślanka	200ml		maślanka	200ml		maślanka	200ml		maślanka	200ml	

PONIEDZIAŁEK 18.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY	
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	1	herbata czarna	250ml	1	herbata czarna	250ml	1
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	pieczywo pszenno-żytnie	100g	7	pieczywo razowe	100g	7	pieczywo graham	100g	7
	masło extra	10g	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g	pomidor	60g	7	pomidor	60g	7	pomidor	60g	7
	ogórek kiszony	30g	ogórek kiszony bez skórki	30g	7	ogórek kiszony	30g	7	ogórek kiszony bez skórki	30g	7
	sałata zielona	10g	sałata zielona	10g	7	sałata zielona	10g	7	sałata zielona	10g	7
	serek grani z pietruszką	90g	serek grani z pietruszką	90g	7	serek grani z pietruszką	90g	7	serek grani z pietruszką	90g	7
szynka z indyka porzona	60g	szynka z indyka porzona	60g	7	szynka z indyka porzona	60g	7	szynka z indyka porzona	60g	7	
ZS						jabłko	150g		jabłko	150g	
O B I A D	zupa kalafiorowa ziemniakami	300g	zupa kalafiorowa ziemniakami	300g	9,1	zupa kalafiorowa ziemniakami	300g	9,1	zupa kalafiorowa ziemniakami	300g	9,1
	stek wieprzowy w sosie	170g (120g,	stek wieprzowy w sosie	170g (120g,	1	stek wieprzowy w sosie	170g (120g,	1	stek wieprzowy w sosie	170g (120g,	1
	pomidorowym	50g)	pomidorowym	50g)	1	pomidorowym	50g)	1	pomidorowym	50g)	1
	kasza bulgur	150g	kasza jęczmienna	150g	1	kasza bulgur	150g	1	kasza bulgur	150g	1
	tarta marchewka z jabłkiem, z		tarta marchewka z jabłkiem, z			tarta marchewka z jabłkiem, z			tarta marchewka z jabłkiem, z		
	sokiem z cytryny z natką	120g	sokiem z cytryny z natką	120g		sokiem z cytryny z natką	120g		sokiem z cytryny z natką	120g	
pietruszki		pietruszki			pietruszki			pietruszki			
kompot b/c owocowy	250ml	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		
K O L A C J A	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	1	herbata czarna	250ml	1	herbata czarna	250ml	1
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	pieczywo pszenne	80g	7	pieczywo razowe	100g	7	pieczywo graham	100g	7
	masło extra	10g	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g	pomidor	60g	7	pomidor	60g	7	pomidor	60g	7
	ogórek kiszony	30g	ogórek kiszony bez skórki	30g	7	ogórek kiszony	30g	7	ogórek kiszony bez skórki	30g	7
	rukola	10g	rukola	10g	7	rukola	10g	7	rukola	10g	7
	twaróg półtłusty plastry	60g	twaróg półtłusty plastry	60g	7	twaróg półtłusty plastry	60g	7	twaróg półtłusty plastry	60g	7
	pomidorowa pasta z makreli		pomidorowa pasta z makreli			pomidorowa pasta z makreli			pomidorowa pasta z makreli		
(makrela w sosie	100g	(makrela w sosie	100g	4,7	(makrela w sosie	100g	4,7	(makrela w sosie	100g	4,7	
pomidorowym z puszki,	(75g,20g,5g)	pomidorowym z puszki, jogurt,	(75g,20g,5g)	4,7	pomidorowym z puszki, jogurt,	(75g,20g,5g)	4,7	pomidorowym z puszki, jogurt,	(75g,20g,5g)	4,7	
jogurt, pietruszka)		pietruszka)			jogurt, pietruszka)			pietruszka)			
PN	serek homogenizowany	100g	serek homogenizowany	100g	7	serek homogenizowany	100g	7	serek homogenizowany	100g	7

WTOREK 19.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY		
Ś N I A D A N I E	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	papryka żółta	30g		marchew w plastekach gotowan	30g		papryka żółta	30g		marchew w plastekach gotowar	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	mozzarella kulki z zielonym pesto	60g	7	mozzarella kulki z zielonym pesto	60g	7	mozzarella kulki z zielonym pesto	80g	7	mozzarella kulki z zielonym pesto	60g	7
	domowa szynka z kurczaka	60g		domowa szynka z kurczaka	60g		domowa szynka z kurczaka	80g		domowa szynka z kurczaka	60g	
ZS					mandarynka	80g	8	mandarynka	80g			
O B I A D	barszcz czerwony z ziemniakarr	300g	1,9	barszcz czerwony z ziemniakami	300g	1,9	barszcz czerwony z ziemniakan	300g	1,9	barszcz czerwony z ziemniakam	300g	1,9
	szynka gotowana w sosie z suszonymi śliwkami	150g	1	szynka gotowana w sosie z suszonymi śliwkami	150g	1	szynka gotowana w sosie z suszonymi śliwkami	150g	1	szynka gotowana w sosie z suszonymi śliwkami	150g	1
	pieczone ziemniaki i pietruszka w ziołach	200g (150g,50g)		pieczone ziemniaki i pietruszka w ziołach	200g (150g,50g)		pieczone ziemniaki i pietruszka w ziołach	200g (150g,50g)		pieczone ziemniaki i pietruszka w ziołach	200g (150g,50g)	
	surówka z cukinii z czarnuszką	100g		surówka z cukinii z czarnuszką	100g		surówka z cukinii z czarnuszką	100g		surówka z cukinii z czarnuszką	100g	
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		pasta z pieczonej dyni	30g		ogórek zielony	30g		pasta z pieczonej dyni	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	szynka wieprzowa kanapkowa	60g		szynka wieprzowa kanapkowa	60g		szynka wieprzowa kanapkowa	60g		szynka wieprzowa kanapkowa	60g	
sałatka z pieczonego buraka z twarogiem i rukolą	120g (50g,60g,10g)	7	sałatka z pieczonego buraka z twarogiem i rukolą	120g (50g,60g,10g)	7	sałatka z pieczonego buraka z twarogiem i rukolą	120g (50g,60g,10g)	7	sałatka z pieczonego buraka z twarogiem i rukolą	120g (50g,60g,10g)	7	
PN	jogurt pitny naturalny	150ml	7	jogurt pitny naturalny	150ml	7	jogurt pitny naturalny	150ml	7	jogurt pitny naturalny	150ml	7

ŚRODA 20.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY		
Ś N I A D A N I E	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		plastry parzonej cukinii	30g		ogórek zielony	30g		plastry parzonej cukinii	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	serek kanapkowy ze szczypiorkiem	60g	7	serek kanapkowy z chrzanem	60g	7	serek kanapkowy ze szczypiorkiem	60g	7	serek kanapkowy z chrzanem	60g	7
szynka drobiowa gotowana	60g		szynka drobiowa gotowana	60g		szynka drobiowa gotowana	60g		szynka wieprzowa	60g		
ZS					ciastko owsiane	80g	1,7	ciastko owsiane	80g	1,7		
O B I A D	kapuśniak z ziemniakami	300g	1,9	kapuśniak light z ziemniakami	300g	1,9	kapuśniak z ziemniakami	300g	1,9	kapuśniak light z ziemniakami	300g	1,9
	pierogi ruskie gotowane okraszone cebulką	250g	1,3,7	pierogi ruskie gotowane	250g	1,3,7	pierogi ruskie z mąki razowej gotowane okraszone cebulką	250g	1,3,7	pierogi ruskie gotowane	250g	1,3,7
	surówka z białej kapusty z marchewką	120g		młoda marchewka z wody	120g		surówka z białej kapusty z marchewką	120g		młoda marchewka z wody	120g	
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		pasta z pieczonego buraka	30g		ogórek zielony	30g		pasta z pieczonego buraka	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	ser typu włoskiego capri w plastrach z czerwonym pesto (suszone pomidory)	90g (60g, 30g)	7	ser typu włoskiego capri w plastrach z czerwonym pesto (suszone pomidory)	90g (60g, 30g)	7	ser typu włoskiego capri w plastrach z czerwonym pesto (suszone pomidory)	90g (60g, 30g)	7	ser typu włoskiego capri w plastrach z czerwonym pesto (suszone pomidory)	90g (60g, 30g)	7
parówka wieprzowa	60g		parówka wieprzowa	60g		parówka wieprzowa	60g		parówka wieprzowa	60g		
PN	kefir	150ml	7	kefir	150ml	7	kefir	150ml	7	kefir	150ml	7

CZWARTEK 21.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGOTOBIAŁKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 80g	1	pieczywo razowe 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	twarożek z pietruszką 60g	7	twarożek z pietruszką 60g	7	twarożek z pietruszką 60g	7	twarożek z pietruszką 80g	7	twarożek z pietruszką 60g	7
pasta mięsna drobiowa 60g		pasta mięsna drobiowa 60g		pasta mięsna drobiowa 60g		pasta mięsna drobiowa 80g		pasta mięsna drobiowa 60g		
ZS					jabłko 120g		jabłko 120g			
O B I A D	krem pomidorowy z grzanką 300g	9,1	krem pomidorowy z groszkiem i 300g	9,1	krem pomidorowy z grzanką 300g	9,1	krem pomidorowy z grzanką 300g	9,1	krem pomidorowy z groszkiem i 300g	9,1
	200g		200g		200g		250g		200g	
	gulasz drobiowy z marchewką (100g,50g,50g)	4	gulasz drobiowy z marchewką (100g,50g,50g)	4	gulasz drobiowy z marchewką (100g,50g,50g)	4	gulasz drobiowy z marchewką (150g,50g,50g)	4	gulasz drobiowy z marchewką (100g,50g,50g)	4
	ziemniaki z koperkiem 200g		ziemniaki z koperkiem 200g		ziemniaki z koperkiem 200g		ziemniaki z koperkiem 200g		ziemniaki z koperkiem 200g	
	zielona fasolka z wody 120g		zielona fasolka z wody 120g		zielona fasolka z wody 120g		zielona fasolka z wody 120g		zielona fasolka z wody 120g	
kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 80g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g		ogórek kiszony bez skórki 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	hummus z czarnuszką 60g	6,1	hummus z czarnuszką 60g	6,1	hummus z czarnuszką 60g	6,1	hummus z czarnuszką 80g	6,1	hummus z czarnuszką 60g	6,11
szynka parzona wieprzowa 60g		szynka parzona wieprzowa 60g		szynka parzona wieprzowa 60g		szynka parzona wieprzowa 80g		szynka parzona wieprzowa 60g		
PN	ciastko owsiane z gorzką czekoladą 50g	1,3,7	ciastko owsiane z gorzką czekoladą 50g	1,3,7	ciastko owsiane z gorzką czekoladą 50g	1,3,7	ciastko owsiane z gorzką czekoladą 50g	1,3,7	ciastko owsiane 50g	1,3,7

PIĄTEK 22.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
Ś N I A D A N I E	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	kajzerka razowa	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	papryka zielona	30g		burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną	30g		papryka zielona	30g		burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną	30g		burak gotowany w plastrach z pietruszką zieloną	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	pasta twarogowa z suszonymi pomidorami	60g	7	pasta twarogowa z suszonymi pomidorami	60g	7	pasta twarogowa z suszonymi pomidorami	60g	7	pasta twarogowa z suszonymi pomidorami	80g	7	pasta twarogowa z suszonymi pomidorami	60g	7
szynka kanapkowa wieprzowa	60g		szynka kanapkowa wieprzowa	60g		szynka kanapkowa wieprzowa	60g		szynka kanapkowa wieprzowa	80g		szynka kanapkowa wieprzowa	60g		
ZS							mandarynka	80g		mandarynka	80g				
O B I A D	zupa ziemniaczana z pomidorami	300g	9,1	zupa ziemniaczana z pomidorami	300g	9,1	zupa ziemniaczana z pomidorami	300g	9,1	zupa ziemniaczana z pomidorami	300g	9,1	zupa ziemniaczana z pomidorami	300g	9,1
	kotlet z mintaja w delikatnym sosie musztardowym	150g (100g,50g)	1,4,6	kotlet z mintaja w delikatnym sosie musztardowym	150g (100g,50g)	1,4,6	kotlet z mintaja w delikatnym sosie musztardowym	150g (100g,50g)	1,4,6	kotlet z mintaja w delikatnym sosie musztardowym	150g (100g,50g)	1,4,6	kotlet z mintaja w delikatnym sosie musztardowym	150g (100g,50g)	1,4,6
	ryż brązowy	150g		ryż biały	150g		ryż brązowy	150g		ryż brązowy	150g		ryż biały	150g	
	surówka z pora, marchewki i jabłka	120g		marchewka z jabłkiem	120g		surówka z pora, marchewki i jabłka	120g		surówka z pora, marchewki i jabłka	120g		marchewka z jabłkiem	120g	
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		pasta z młodej marchewki z natką pietruszki	30g		ogórek zielony	30g		pasta z młodej marchewki z natką pietruszki	30g		pasta z młodej marchewki z natką pietruszki	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	ser żółty	60g	7	ser żółty odtuszczone	80g	7	ser żółty	80g	7	ser żółty	80g	7	ser żółty odtuszczone	80g	7
	naleśnik pełnoziarnisty z wędzonym kurczakiem, ogórkiem kiszonym i pietruszką na serku kanapkowym	200g (60g,80g, 40g,10g, 10g)	1,3,4	naleśnik pełnoziarnisty z gotowanym kurczakiem, ogórkiem kiszonym i pietruszką na serku kanapkowym	200g (60g,80g, 40g,10g, 10g)	1,3,4	naleśnik pełnoziarnisty z wędzonym kurczakiem, ogórkiem kiszonym i pietruszką na serku kanapkowym	200g (60g,80g, 40g,10g, 10g)	1,3,4	naleśnik pełnoziarnisty z wędzonym kurczakiem, ogórkiem kiszonym i pietruszką na serku kanapkowym	200g (60g,80g, 40g,10g, 10g)	1,3,4	naleśnik pełnoziarnisty z gotowanym kurczakiem, ogórkiem kiszonym i pietruszką na serku kanapkowym	200g (60g,80g, 40g,10g, 10g)	1,3,4
PN	maślanka	150ml	7	maślanka	150ml	7	maślanka	150ml	7	maślanka	200ml	7	maślanka	150ml	7

SOBOTA 23.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
Ś N I A D A N I E	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	bułka razowa	100g	1	bułka pszenna	80g	1	bułka razowa	100g	1	bułka pszenna	100g	1	bułka graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	papryka czerwona	60g		pomidor	60g		papryka czerwona	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g		oliwki czarne połówki	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	serek grani z kolendrą	60g	7	serek grani z kolendrą	60g	7	serek grani z kolendrą	60g	7	serek grani z kolendrą	80g	7	serek grani z kolendrą	60g	7
fritata z szynką drobiową i szpinakiem	120g	1,3,7	fritata z szynką drobiową i szpinakiem	120g	1,3,7	fritata z szynką drobiową i szpinakiem	120g	1,3,7	fritata z szynką drobiową i szpinakiem	150g	1,3,7	fritata z szynką drobiową i szpinakiem	120g	1,3,7	
ZS	chałka	50g	1,3,7	chałka	50g	1,3,7	chałka, kefir	150g	1,3,7	chałka, kefir	150g	1,3,7	chałka	50g	1,3,7
O B I A D	zupa cukiniowa z ziemniakami	300g	9,1	zupa cukiniowa z ziemniakami	300g	9,1	zupa cukiniowa z ziemniakami	300g	9,1	zupa cukiniowa z ziemniakami	300g	9,1	zupa cukiniowa z ziemniakami	300g	9,1
	łagodne curry dyniowo-marchewkowe z tofu (tofu naturalne, dynia, marchew, kalafior)	250g (100g, 50g, 50g, 50g)	6	łagodne curry dyniowo-marchewkowe z tofu (tofu naturalne, dynia, marchew, kalafior)	250g (100g, 50g, 50g, 50g)	6	łagodne curry dyniowo-marchewkowe z tofu (tofu naturalne, dynia, marchew, kalafior)	250g (100g, 50g, 50g, 50g)	6	łagodne curry dyniowo-marchewkowe z tofu (tofu naturalne, dynia, marchew, kalafior)	250g (100g, 50g, 50g, 50g)	6	łagodne curry dyniowo-marchewkowe z tofu (tofu naturalne, dynia, marchew, kalafior)	250g (100g, 50g, 50g, 50g)	6
	kasza bulgur	150g	1	kasza jaglana	150g	1	kasza bulgur	150g	1	kasza jaglana	150g	1	kasza jaglana	150g	1
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		pasta z pieczonej dynii i marchewki	30g		ogórek zielony	30g		pasta z pieczonej dynii i marchewki	30g		pasta z pieczonej dynii i marchewki	30g	
	roszponka	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	mozzarella kulki z zielonym pesto	100g (80g, 20g)	7	mozzarella kulki z pastą pietruszkowa	100g (80g, 20g)	7	mozzarella kulki z zielonym pesto	100g (80g, 20g)	7	mozzarella kulki z zielonym pesto	100g (80g, 20g)	7	mozzarella kulki z pastą pietruszkowa	100g (80g, 20g)	7
połędwica sopocka	60g		połędwica sopocka	60g		połędwica sopocka	60g		połędwica sopocka	80g		połędwica sopocka	60g		
PN	jogurt naturalny z siemieniem	150ml	7	jogurt naturalny z siemieniem	150ml	7	jogurt naturalny z siemieniem	150ml	7	jogurt naturalny z siemieniem	150ml	7	jogurt naturalny z siemieniem	150ml	7

NIEDZIELA 24.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	żółty ser	60g	7	ser żółty odtłuszczony	60g	7	żółty ser	90g	7	ser żółty odtłuszczony	60g	7	ser żółty odtłuszczony	60g	7
szynka drobiowa gotowana	60g		szynka drobiowa gotowana	60g		szynka drobiowa gotowana	60g		szynka drobiowa gotowana	60g		szynka drobiowa gotowana	60g		
ZS	ciasto drożdżowe	50g	1,7	ciasto drożdżowe	50g	1,7	ciasto drożdżowe	50g	1,7	ciasto drożdżowe	150g	1,7	ciasto drożdżowe	50g	1,7
O B I A D	rosół z makaronem	300g	9,1	rosół z makaronem	300g	9,1	rosół z makaronem	300g	9,1	rosół z makaronem	300g	9,1	bulion warzywny z makaronem	300g	9,1
	niedzielnik (schab moczony w mleku, duszony w sosie własnym)	150g (100g, 50g)	7	niedzielnik (schab moczony w mleku, duszony w sosie własnym)	150g (100g, 50g)	7	niedzielnik (schab moczony w mleku, duszony w sosie własnym)	150g (100g, 50g)	7	niedzielnik (schab moczony w mleku, duszony w sosie własnym)	150g (100g, 50g)	7	niedzielnik (schab moczony w mleku, duszony w sosie własnym)	150g (100g, 50g)	7
	ziemniaki i pasternak pieczone w rozmarynie	250g (200g, 50g)	4	puree ziemniak z pasternakiem i rozmarynem	250g (200g, 50g)	4	ziemniaki i pasternak pieczone w rozmarynie	250g (200g, 50g)	4	ziemniaki i pasternak pieczone w rozmarynie	250g (200g, 50g)	4	puree ziemniak z pasternakiem i rozmarynem	250g (200g, 50g)	4
	tarta marchewka z jabłkiem	120g		tarta marchewka z jabłkiem	120g		tarta marchewka z jabłkiem	120g		tarta marchewka z jabłkiem	120g		tarta marchewka z jabłkiem	120g	
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
	K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml
pieczywo pszenno-żytnie		100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
masło extra		10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
pomidor		60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
ogórek zielony		30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek zielony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g	
sałata zielona		10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
pasta twarogowa ze słodką papryką		90g	7	pasta twarogowa ze słodką papryką	90g	7	pasta twarogowa ze słodką papryką	90g	7	pasta twarogowa ze słodką papryką	120g	7	pasta twarogowa ze słodką papryką	90g	7
pasztet wieprzowy	60g		pasztet wieprzowy	60g		pasztet wieprzowy	60g		pasztet wieprzowy	80g		pasztet wieprzowy	60g		
PN	jogurt pitny skyr	100ml		jogurt pitny skyr	100ml		jogurt pitny skyr	100ml		jogurt pitny skyr	100ml		jogurt pitny skyr	100ml	

PONIEDZIAŁEK 25.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄTKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 80g	1	pieczywo razowe 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g		marchewka baby z wody 30g		ogórek zielony 30g		marchewka baby z wody 30g		marchewka baby z wody 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	serek śmietankowy 60g	7	serek śmietankowy 60g	7	serek śmietankowy 60g	7	serek śmietankowy 80g	7	serek śmietankowy 60g	7
	indyk gotowany 60g		indyk gotowany 60g		indyk gotowany 60g		indyk gotowany 80g		indyk gotowany 60g	
ZS					jabłko 150g	8	jabłko 150g	8		
O B I A D	zupa z białych warzyw (seler, pietruszka, ziemniak) 300g	9,1	zupa z białych warzyw (seler, pietruszka, ziemniak) 300g	9,1	zupa z białych warzyw (seler, pietruszka, ziemniak) 300g	9,1	zupa z białych warzyw (seler, pietruszka, ziemniak) 300g	9,1	zupa z białych warzyw (seler, pietruszka, ziemniak) 300g	9,1
	mielony z indyka duszony w sosie pomidorowym 150g (100g, 50g)		mielony z indyka duszony w sosie pomidorowym 150g (100g, 50g)		mielony z indyka duszony w sosie pomidorowym 150g (100g, 50g)		mielony z indyka duszony w sosie pomidorowym 200g (150g, 50g)		mielony z indyka duszony w sosie pomidorowym 150g (100g, 50g)	
	kasza bulgur 200g	1	kasza jęczmienna 200g	1	kasza bulgur 200g	1	kasza bulgur 200g	1	kasza jęczmienna 200g	1
	surówka z selera i jabłka 120g	9	seler duszony z jabłkiem 120g	9	surówka z selera i jabłka 120g	9	seler duszony z jabłkiem 120g	9	seler duszony z jabłkiem 120g	9
	kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml	
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 80g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	papryka zielona 30g		pasta z buraka z zieloną pietruszką 30g		papryka zielona 30g		pasta z buraka z zieloną pietruszką 30g		pasta z buraka z zieloną pietruszką 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	chrzanowa pasta z tofu i suszonych pomidorów 60g	6,7	chrzanowa pasta z tofu i suszonych pomidorów 60g	6,7	chrzanowa pasta z tofu i suszonych pomidorów 60g	6,7	chrzanowa pasta z tofu i suszonych pomidorów 80g	6,7	chrzanowa pasta z tofu i suszonych pomidorów 60g	6,7
parówka wieprzowa z wody 60g		parówka wieprzowa z wody 60g		parówka wieprzowa z wody 60g		parówka wieprzowa z wody 80g		parówka wieprzowa z wody 60g		
PN	ciastko zbożowe 50g	1	ciastko zbożowe 50g	1	ciastko zbożowe 50g	1	ciastko zbożowe 50g	1	ciastko zbożowe 50g	1

WTOREK 26.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 80g	1	pieczywo razowe 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	papryka żółta 30g		marchewka baby z wody 30g		papryka żółta 30g		marchewka baby z wody 30g		marchewka baby z wody 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	serek wiejski z koperkiem 60g	7	serek wiejski z koperkiem 60g	7	serek wiejski z koperkiem 60g	7	serek wiejski z koperkiem 80g	7	serek wiejski z koperkiem 60g	7
połudwica drobiowa 60g		połudwica drobiowa 60g		połudwica drobiowa 60g		połudwica drobiowa 80g		połudwica drobiowa 60g		
ZS					banan zielony 150g	7	banan 150g	7		
O B I A D	zupa a'la minestrone (ziemniaki, marchew ,seler, pietruszka, cukinia, fasolka szparagowa, pomidor z puszki, dynia, makaron) 300g	9,1	zupa a'la minestrone (ziemniaki, marchew ,seler, pietruszka, cukinia, fasolka szparagowa, pomidor z puszki, dynia, makaron) 300g	9,1	zupa a'la minestrone (ziemniaki, marchew ,seler, pietruszka, cukinia, fasolka szparagowa, pomidor z puszki, dynia, makaron) 300g	9,1	zupa a'la minestrone (ziemniaki, marchew ,seler, pietruszka, cukinia, fasolka szparagowa, pomidor z puszki, dynia, makaron) 300g	9,1	zupa a'la minestrone (ziemniaki, marchew ,seler, pietruszka, cukinia, fasolka szparagowa, pomidor z puszki, dynia, makaron) 300g	9,1
	tybowane udko kurczaka faszerowane szpinakiem duszone w sosie rozmarynowym 150g	1	tybowane udko kurczaka faszerowane szpinakiem duszone w sosie rozmarynowym 150g	1	tybowane udko kurczaka faszerowane szpinakiem duszone w sosie rozmarynowym 150g	1	tybowane udko kurczaka faszerowane szpinakiem duszone w sosie rozmarynowym 150g	1	tybowane udko kurczaka faszerowane szpinakiem duszone w sosie rozmarynowym 150g	1
	puree z ziemniaka i marchewki 200g (70:30)		puree z ziemniaka i marchewki 200g (70:30)		puree z ziemniaka i marchewki 200g (70:30)		puree z ziemniaka i marchewki 200g (70:30)		puree z ziemniaka i marchewki 200g (70:30)	
	surówka z kapusty pekińskiej 120g		buraczki 120g		surówka z kapusty pekińskiej 120g		surówka z kapusty pekińskiej 120g		surówka z kapusty pekińskiej 120g	
	kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml	
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 80g	1	pieczywo razowe 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g		pastą z cukinii z kolendrą 30g		ogórek zielony 30g		pastą z cukinii z kolendrą 30g		pastą z cukinii z kolendrą 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	serek homogenizowany śmietankowy 60g	7	serek homogenizowany śmietankowy 60g	7	serek homogenizowany śmietankowy 60g	7	serek homogenizowany śmietankowy 80g	7	serek homogenizowany śmietankowy 60g	7
szynka kanapkowa wieprzowa 60g		szynka kanapkowa wieprzowa 60g		szynka kanapkowa wieprzowa 60g		szynka kanapkowa wieprzowa 60g		szynka kanapkowa wieprzowa 60g		
PN	jogurt z nasionami chia 100g	7	jogurt z nasionami chia 100g	7	jogurt z nasionami chia 100g	7	jogurt z nasionami chia 150g	7	jogurt z nasionami chia 100g	7

ŚRODA 27.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGOTOBIAŁKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY		
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	czarne oliwki połówki	30g		czarne oliwki połówki	30g		czarne oliwki połówki	30g		czarne oliwki połówki	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
jajko na twardo	90g	3	jajko na miękko	90g	3	jajko na twardo	90g	3	jajko na miękko	90g	3	
szynka z kurczaka parzona	60g		szynka z kurczaka parzona	60g		szynka z kurczaka parzona	60g		szynka z kurczaka parzona	60g		
ZS					jabłko	150g	jabłko	150g				
O B I A D	pieczarkowa z ziemniakami	300g	9,1	jarzynowa z ziemniakami	300g	9,1	pieczarkowa z ziemniakami	300g	9,1	jarzynowa z ziemniakami	300g	9,1
	pierogi z mąki razowej z mięsem gotowane okraszone cebulką	250g	1,3,7	pierogi z mięsem gotowane	200g	1,3,7	pierogi z mąki razowej z mięsem gotowane okraszone cebulką	200g	1,3,7	pierogi z mięsem gotowane	200g	1,3,7
	warzywa duszone (marchew, cukinia, brokuł, kalafior)	200g (50g, 50g, 50g, 50g)		warzywa duszone (marchew, cukinia, brokuł, kalafior)	200g (50g, 50g, 50g, 50g)		warzywa duszone (marchew, cukinia, brokuł, kalafior)	200g (50g, 50g, 50g, 50g)		warzywa duszone (marchew, cukinia, brokuł, kalafior)	200g (50g, 50g, 50g, 50g)	
	sos kolendrowy na jogurcie	100g	7	sos kolendrowy na jogurcie	100g	7	sos kolendrowy na jogurcie	100g	7	sos tzatziki na jogurcie	100g	7
kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		
K O L A C J A	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml	herbata czarna	250ml		
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	papryka żółta	30g		plastry gotowanej marchewki	30g		papryka żółta	30g		plastry gotowanej marchewki	30g	
	rukola	10g		rukola	10g		rukola	10g		rukola	10g	
ser typu włoskiego plastry z zieloną tapenadą (pasta z zielonych oliwek)	80g (60g, 20g)	7	ser typu włoskiego plastry z zieloną tapenadą (pasta z zielonych oliwek)	80g (60g, 20g)	7	ser typu włoskiego plastry z zieloną tapenadą (pasta z zielonych oliwek)	80g (60g, 20g)	7	ser typu włoskiego plastry z zieloną tapenadą (pasta z zielonych oliwek)	80g (60g, 20g)	7	
szynka wieprzowa z kotła	60g		szynka wieprzowa z kotła	60g		szynka wieprzowa z kotła	60g		szynka wieprzowa z kotła	60g		
PN	muffina bananowa	100g	1,3,7	muffina bananowa	100g	1,3,7	razowa muffina bananowa	100g	1,3,7	muffina bananowa	100g	1,3,7

CZWARTEK 28.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄTKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
Ś N I A D A N I E	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		plastry buraka gotowanego z pietruszką	30g		ogórek zielony	30g		plastry buraka gotowanego z pietruszką	30g		plastry buraka gotowanego z pietruszką	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	serek grani z rozmarynem	60g	7	serek grani z rozmarynem	60g	7	serek grani z rozmarynem	60g	7	serek grani z rozmarynem	100g	7	serek grani z rozmarynem	60g	7
pasta mięsna wieprzowa	80g		pasta mięsna wieprzowa	80g		pasta mięsna wieprzowa	80g		pasta mięsna wieprzowa	100g		pasta mięsna wieprzowa	80g		
ZS						mandarynka	200g	7	mandarynka	200g	7				
O B I A D	zupa z zielonego groszku	300g	9,1	zupa z zielonego groszku	300g	9,1	zupa z zielonego groszku	300g	9,1	zupa z zielonego groszku	300g	9,1	zupa z zielonego groszku	300g	9,1
	karkówka duszona w sosie tymiankowym	150g		karkówka duszona w sosie tymiankowym	150g		karkówka duszona w sosie tymiankowym	150g		karkówka duszona w sosie tymiankowym	200g		karkówka duszona w sosie tymiankowym	150g	
	ryż brązowy	150g		ryż biały	150g		ryż brązowy	150g		ryż brązowy	150g		ryż biały	150g	
	pieczone warzywa (marchew, p	200g		pieczone warzywa (marchew, pi	200g		pieczone warzywa (marchew, p	200g		pieczone warzywa (marchew, p	200g		pieczone warzywa (marchew, pi	200g	
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	papryka żółta	30g		pasta z cukinii z tymiankiem	30g		papryka żółta	30g		pasta z cukinii z tymiankiem	30g		pasta z cukinii z tymiankiem	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
sałatka makaronowa (kokardki, razowe) z tuńczykiem w sosie własnym, pastą z suszonych pomidorów, pietruszką na oliwie z ziołami	120g (50g, 50g, 10g, 10g)	1,4	sałatka makaronowa (kokardki) z tuńczykiem w sosie własnym, pastą z suszonych pomidorów, pietruszką na oliwie z ziołami	120g (50g, 50g, 10g, 10g)	1,4	sałatka makaronowa (kokardki, razowe) z tuńczykiem w sosie własnym, pastą z suszonych pomidorów, pietruszką na oliwie z ziołami	120g (50g, 50g, 10g, 10g)	1,4	sałatka makaronowa (kokardki, razowe) z tuńczykiem w sosie własnym, pastą z suszonych pomidorów, pietruszką na oliwie z ziołami	120g (50g, 50g, 10g, 10g)	1,4	sałatka makaronowa (kokardki) z tuńczykiem w sosie własnym, pastą z suszonych pomidorów, pietruszką na oliwie z ziołami	120g (50g, 50g, 10g, 10g)	1,4	
serek kanapkowy śmietankowy	60g		serek kanapkowy śmietankowy	60g		serek kanapkowy śmietankowy	60g		serek kanapkowy śmietankowy	80g		serek kanapkowy śmietankowy	60g		
PN	jogurt z siemieniem	150ml	7	jogurt z siemieniem	150ml	7	jogurt z siemieniem	150ml	7	jogurt z siemieniem	150ml	7	jogurt z siemieniem	150ml	7

PIĄTEK 29.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO	ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 80g	1	pieczywo razowe 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	ogórek zielony 30g		oliwki czarne połówki 30g		ogórek zielony 30g		oliwki czarne połówki 30g		oliwki czarne połówki 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	ser żółty 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7	ser żółty 60g	7	ser żółty 60g	7	ser żółty odtłuszczony 60g	7
szynka wieprzowa z kotła 60g		szynka wieprzowa z kotła 60g		szynka wieprzowa z kotła 60g		szynka wieprzowa z kotła 60g		szynka wieprzowa z kotła 60g		
ZS					maślanka 200g	7	maślanka 200g	7		
O B I A D	jarzynowa z zacierką razową 300g	1,3,7	jarzynowa z zacierką 300g	1,3,7	jarzynowa z zacierką razową 300g	1,3,7	jarzynowa z zacierką 300g	1,3,7	jarzynowa z zacierką 300g	1,3,7,9
	klops z dorsza w lekkim sosie 150g (100g, 50g)	4	klops z dorsza w lekkim sosie 150g (100g, 50g)	4	klops z dorsza w lekkim sosie 150g (100g, 50g)	4	klops z dorsza w lekkim sosie 150g (100g, 50g)	4	klops z dorsza w lekkim sosie 150g (100g, 50g)	4
	brokułowym 50g)		brokułowym 50g)		brokułowym 50g)		brokułowym 50g)		brokułowym 50g)	
	ziemniaki 200g		ziemniaki 200g		ziemniaki 200g		ziemniaki 200g		ziemniaki 200g	
	surówka z czerwonej kapusty 120g		marchewka baby z wody 120g		surówka z czerwonej kapusty 120g		surówka z czerwonej kapusty 120g		marchewka baby z wody 120g	
kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		kompot b/c owocowy 250ml		
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo pszenne 80g	1	pieczywo pszenne 100g	1	pieczywo pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo graham 100g	1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g	
	papryka żółta 30g		pasta z cukinii z tymiankiem 30g		papryka żółta 30g		pasta z cukinii z tymiankiem 30g		pasta z cukinii z tymiankiem 30g	
	sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g		sałata zielona 10g	
	śmietankowa pasta z kurczaka z koperkiem (serek 100g)	7	śmietankowa pasta z kurczaka z koperkiem (serek 100g)	7	śmietankowa pasta z kurczaka z koperkiem (serek 100g)	7	śmietankowa pasta z kurczaka z koperkiem (serek 100g)	7	śmietankowa pasta z kurczaka z koperkiem (serek 100g)	7
	śmietankowy, kurczak gotowany, koper) (30g,60g,10g)		śmietankowy, kurczak gotowany, koper) (30g,60g,10g)		śmietankowy, kurczak gotowany, koper) (30g,60g,10g)		śmietankowy, kurczak gotowany, koper) (30g,60g,10g)		śmietankowy, kurczak gotowany, koper) (30g,60g,10g)	
twaróg półtłusty plastry 60g		serek kanapkowy śmietankowy 60g		serek kanapkowy śmietankowy 60g		serek kanapkowy śmietankowy 80g		serek kanapkowy śmietankowy 60g		
PN	muffina razowa z borówkami 150g	1,3,7	muffina z borówkami 150g	1,3,7	muffina razowa z borówkami 150g	1,3,7	muffina razowa z borówkami 150g	1,3,7	muffina z borówkami 150g	1,3,7

SOBOTA 30.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄTKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	bułka razowa	100g	1	bułka pszenna	80g	1	bułka razowa	100g	1	bułka pszenna	80g	1	bułka graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		plastry gotowanej marchewki z pietruszką zieloną	30g		ogórek zielony	30g		plastry gotowanej marchewki z pietruszką zieloną	30g		plastry gotowanej marchewki z pietruszką zieloną	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	80g		szynka wieprzowa gotowana	60g	
pasta z ricotty z kolendrą	80g	7	pasta z ricotty z kolendrą	80g	7	pasta z ricotty z kolendrą	80g	7	pasta z ricotty z kolendrą	80g	7	pasta z ricotty z kolendrą	80g	7	
ZS	chałka	50g	1,3,7	chałka	50g	1,3,7	chałka, kefir	150g	1,3,7	chałka, kefir	150g	1,3,7	chałka	50g	1,3,7
O B I A D	koperkowa z ryżem	300g	9,1	koperkowa z ryżem	300g	9,1	koperkowa z ryżem brązowym	300g	9,1	koperkowa z ryżem	300g	9,1	koperkowa z ryżem	300g	9,1
	ragu warzywne z cieciorką (cieciorka z puszki, marchew, pomidory z puszki, ziemniaki, szpinak liście, pietruszka)	300g (80g, 60g, 60g, 10g, 30g)	4,6	ragu warzywne z cieciorką (cieciorka z puszki, marchew, pomidory z puszki, ziemniaki, szpinak liście, pietruszka)	300g (80g, 60g, 60g, 10g, 30g)	4,6	ragu warzywne z cieciorką (cieciorka z puszki, marchew, pomidory z puszki, ziemniaki, szpinak liście, pietruszka)	300g (80g, 60g, 60g, 10g, 30g)	4,6	ragu warzywne z cieciorką (cieciorka z puszki, marchew, pomidory z puszki, ziemniaki, szpinak liście, pietruszka)	300g (80g, 60g, 60g, 10g, 30g)	4,6	ragu warzywne z cieciorką (cieciorka z puszki, marchew, pomidory z puszki, ziemniaki, szpinak liście, pietruszka)	300g (80g, 60g, 60g, 10g, 30g)	4,6
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
K O L A C J A	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	80g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	papryka konserwowa	30g		pasta z cukinii	30g		papryka konserwowa	30g		pasta z cukinii	30g		pasta z cukinii	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	ser caprese	80g	7	ser caprese	80g	7	ser caprese	80g	7	ser caprese	100g	7	ser caprese	80g	7
	pasztet drobiowy z kurcząt	60g		pasztet drobiowy z kurcząt	60g		pasztet drobiowy z kurcząt	60g		pasztet drobiowy z kurcząt	80g		pasztet drobiowy z kurcząt	60g	
PN	serek homogenizowany, jabłko	200g (100g, 100g)	7	serek homogenizowany, jabłko	200g (100g, 100g)	7	serek homogenizowany, jabłko	200g (100g, 100g)	7	serek homogenizowany, jabłko	200g (100g, 100g)	7	serek homogenizowany, jabłko	200g (100g, 100g)	7

NIEDZIELA 31.03.2024

JADŁOSPIS EMC PILCZYCKA



	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	BOGATOBIĄLKOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZ. SOKU ŻOŁĄDKOWEGO		ALERGENY
S N I A D A N I E	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	papryka zielona	30g		burak w plastrach z pietruszką	30g		papryka zielona	30g		burak w plastrach z pietruszką	30g		burak w plastrach z pietruszką	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
E	pasta jajeczna na jogurcie z kop.	80g	3,7	pasta jajeczna na jogurcie z kop.	80g	3,7	pasta jajeczna na jogurcie z kop	80g	3,7	pasta jajeczna na jogurcie z kop.	80g	3,7	pasta jajeczna na jogurcie z kop.	80g	3,7
	szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	60g		szynka wieprzowa gotowana	80g		szynka wieprzowa gotowana	60g	
ZS	ciasto drożdżowe	50g	1,7	ciasto drożdżowe	50g	1,7	ciasto drożdżowe	50g	1,7	ciasto drożdżowe	150g	1,7	ciasto drożdżowe	50g	1,7
O B I A D	rosół z makaronem	300g	9,1	rosół z makaronem	300g	9,1	rosół z makaronem ryżowym	300g	9,1	rosół z makaronem	300g	9,1	bulion warzywny z makaronem	300g	9,1
	eskalopki wieprzowe w sosie własnym	150g (100g, 50g)		eskalopki wieprzowe w sosie własnym	150g (100g, 50g)		eskalopki wieprzowe w sosie własnym	150g (100g, 50g)		eskalopki wieprzowe w sosie własnym	150g (100g, 50g)		eskalopki wieprzowe w sosie własnym	150g (100g, 50g)	
	kasza jęczmienna z sosem	150g (100g, 20g, 10g, 20g)	1	kasza jęczmienna z sosem	150g (100g, 20g, 10g, 20g)	1	kasza jęczmienna z sosem	150g (100g, 20g, 10g, 20g)	1	kasza jęczmienna z sosem	150g (100g, 20g, 10g, 20g)	1	kasza jęczmienna z sosem	150g (100g, 20g, 10g, 20g)	1
	warzywnym (marchew, pietruszka, cukinia)			warzywnym (marchew, pietruszka, cukinia)			warzywnym (marchew, pietruszka, cukinia)			warzywnym (marchew, pietruszka, cukinia)			warzywnym (marchew, pietruszka, cukinia)		
	tarta marchewka z jabłkiem	120g		duszona marchewka z jabłkiem	120g		tarta marchewka z jabłkiem	120g		tarta marchewka z jabłkiem	120g		tarta marchewka z jabłkiem	120g	
	kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml		kompot b/c owocowy	250ml	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo pszenne	80g	1	pieczywo razowe	100g	1	pieczywo pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo graham	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g		ogórek kiszony bez skórki	30g	
	sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g		sałata zielona	10g	
	pasta twarogowa z chrzanem	90g	7	pasta twarogowa	90g	7	pasta twarogowa z chrzanem	90g	7	pasta twarogowa z chrzanem	120g	7	pasta twarogowa z chrzanem	90g	7
pasztet wieprzowy	60g		pasztet wieprzowy	60g		pasztet wieprzowy	60g		pasztet wieprzowy	80g		pasztet wieprzowy	60g		
PN	jogurt pitny skyr	100ml		jogurt pitny skyr	100ml		jogurt pitny skyr	100ml		jogurt pitny skyr	100ml		jogurt pitny skyr	100ml	