

Wykaz alergenów w posiłkach Lista alergenów udostępniona zgodnie z rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady Nr 1169/2011 w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności. SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI	
NUMER ALERGENU	NAZWA ALERGENU
1 (1a, 1b, 1c, 1d, 1e)	Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz) oraz produkty pochodne
2	Skorupiaki oraz produkty pochodne
3	Jaja i produkty pochodne
4	Ryby i produkty pochodne
5	Orzeszki ziemne, orzechy arachidowe oraz produkty pochodne
6	Soja i produkty pochodne
7	Mleko i produkty pochodne
8	Orzechy (migdały, laskowe, nerkowca, brazylijskie, pistacjowe) oraz produkty pochodne
9	Seler i produkty pochodne
10	Gorczyca i produkty pochodne
11	Nasiona sezamu i produkty pochodne
12	Dwutlenek siarki i siarczany w stężeniu powyżej 10 mg/kg lub 10 mg w przeliczeniu na SO ₂
13	Łubin i produkty pochodne
14	Mięczaki i produkty pochodne

WTOREK 1.07.2025			JADŁOSPIS DCRO			locatering		
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY		
Ś N I A D A N I E	płatki kukurydziane 80g	1	płatki kukurydziane 80g	1	płatki owsiane 80g	1		
	mleko 2% 200ml	7	mleko 2% 200ml	7	mleko 2% 200ml	7		
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml			
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1		
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7		
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g			
	ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g			
	sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g			
O B I A D	twaróg w plastrach z koperkiem 50g	7	twaróg w plastrach z koperkiem 50g	7	twaróg w plastrach z koperkiem 50g	7		
	polędwica sopocka 50g		polędwica sopocka 50g		polędwica sopocka 50g			
	DRUGIE ŚNIADANIE:				jabłko 1 szt			
	jarzynowa z ziemniakami i soczewicą (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, soczewica 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 350 ml	9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 350 ml	9	jarzynowa z ziemniakami i soczewicą (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, soczewica 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 350 ml	9		
	potrawka z indyka duszona w warzywach (indyk 70g, olej, bulion warzywny, passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 150g	1, 9	potrawka z indyka duszona w warzywach (indyk 70g, olej, bulion warzywny, passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 150g	1, 9	potrawka z indyka duszona w warzywach (indyk 70g, olej, bulion warzywny, passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 150g	1, 9		
	kasza bulgur 200g	1	kasza bulgur 200g	1	kasza bulgur 200g	1		
	sałatka z buraków (buraki, nać, sól, pieprz, olej rzepakowy) 120g		sałatka z buraków gotowanych (buraki, nać, sól, pieprz, olej rzepakowy) 120g		sałatka z buraków (buraki, nać, sól, pieprz, olej rzepakowy) 120g			
K O L A C J A	kompot owocowy 250ml		kompot owocowy 250ml		kompot owocowy 250ml			
	PODWIECZOREK:				pieczywo żytnie razowe 30g, szynka wieprzowa gotowana 25g, rukola 5g, masło 5g 60g	1, 7		
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml			
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1		
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7		
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g			
	ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g			
	sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g			
PN	ser capresi 50g	7	ser capresi 50g	7	ser capresi 50g	7		
	szynka drobiowa parzona 50g		szynka drobiowa parzona 50g		szynka drobiowa parzona 50g			
	serek homogenizowany waniliowy 130g	7	serek homogenizowany waniliowy 130g	7	jogurt naturalny 150g	7		
	2 281		2 259		2 262			
	99,7		99,5		101,3			
	71,1		71,6		72,2			
	26,1		26		26			
	328,5		328		323,5			
	50,3		51,3		52,7			
	26,1		25,4		42,6			
	2019,3		2826,8		2189,3			

ŚRODA 2.07.2025			JADŁOSPIS DCRO			catering		
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY		
Ś N I A D A N I E	płatki jaglane 50g		płatki jaglane 50g		płatki jaglane 50g			
	mleko 2% 200ml	7	mleko 2% 200ml	7	mleko 2% 200ml	7		7
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml			
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1		1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7		7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g			
	ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g			
	sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g			
	pasztet pieczony drobiowy 50g		pasztet pieczony drobiowy 50g		pasztet pieczony drobiowy 50g			
	ser mozzarella 50g	7	ser mozzarella 50g	7	ser mozzarella 50g	7		7
DRUGIE ŚNIADANIE:					gruszka 1 szt			
O B I A D	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, fasolka zielona 50g) 350 ml	9	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, fasolka zielona 50g) 350 ml	9	zupa fasolkowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, cukinia 100g, ziemniaki 100g, fasolka zielona 50g) 350 ml	9		9
	pierogi ze szpinakiem z wody (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, szinak, twaróg 50g, ziola) 6 szt/250g	1,3,7	pierogi ze szpinakiem z wody (mąka pszenna 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, szinak, twaróg 50g, ziola) 6 szt/250g	1,3,7	pierogi ze szpinakiem z wody (mąka pszenna razowa 70g, jaja 30g, olej rzepakowy 5g, szinak, twaróg 50g, ziola) 6 szt/250g	1,3,7		1,3,7
	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7		7
	kapusta kiszona z marchewką (olej, sól, pieprz) 120g		marchewka z wody 120g		kapusta kiszona z marchewką (olej, sól, pieprz) 120g			
	kompot owocowy 250ml		kompot owocowy 250ml		kompot owocowy 250ml			
PODWIECZOREK:					pieczywo żytnie razowe 30g, szynka drobiowa 25g, sałata 5g, masło 5g 60g	1,7		
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml			
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1		1
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7		7
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g			
	ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g			
	sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g			
	kietbasa drobiowa z wody 120g		kietbasa drobiowa z wody 120g		kietbasa drobiowa z wody 120g			
	ketchup 10g		ketchup 10g		ketchup 10g			
	pasta twarogowa 50g	7	pasta twarogowa 50g	7	pasta twarogowa 50g	7		7
PN	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7		7
	2 144		2 123		2 216			
	108,4		108,2		107,1			
	74,1		74,6		77,6			
	32,1		31,9		32,8			
	265,8		265,3		290,3			
	56		57		51,3			
	21,5		20,9		36,4			
	2064,4		2971,9		3189			

CZWARTEK 3.07.2025				JADŁOSPIS DCRO			
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	
Ś N I A D A N I E	płatki ryżowe 50g		płatki ryżowe 50g		płatki ryżowe 50g		
	mleko 2% 200ml	7	mleko 2% 200ml	7	mleko 2% 200ml	7	
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g		masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		
	sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		
	serek grani z pietruszką 50g	7	serek grani z pietruszką 50g	7	serek grani z pietruszką 50g	7	
	szynka drobiowa kanapkowa 50g		szynka wieprzowa kanapkowa 50g		szynka wieprzowa kanapkowa 50g		
DRUGIE ŚNIADANIE:					banan 1 szt		
O B I A D	zupa zacierkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniak 100g, zacierki pszenne (mąka pszenna, jaja, sól)) 350 ml	1,3,7,9	zupa zacierkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniak 100g, zacierki pszenne (mąka pszenna, jaja, sól)) 350 ml	1,3,7,9	zupa zacierkowa (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniak 100g, zacierki pszenne (mąka pszenna razowa, jaja, sól)) 350 ml	1,3,7,9	
	kotlet mielony pieczony (topatka 100g, marchew 20g , mąka pszenna 2g, olej rzepakowy,jajo, koper, sól, ziota) 120g	1,3	kotlet mielony pieczony (topatka 100g, marchew 20g , mąka pszenna 2g, olej rzepakowy,jajo, koper, sól, ziota) 120g	1,3	kotlet mielony pieczony (topatka 100g, marchew 20g , mąka pszenna 2g, olej rzepakowy,jajo, koper, sól, ziota) 120g	1,3	
	ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		ziemniaki z wody 200g		
	fasolka szparagowa z wody 100g		fasolka szparagowa z wody 100g		fasolka szparagowa z wody 100g		
	kompot owocowy 250ml		kompot owocowy 250ml		kompot owocowy 250ml		
PODWIECZOREK:					pieczywo żytnie razowe 30g, jajko na twardo 25g, sałata 5g, masło 5g 60g	1,37	
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		
	sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		
	kiełbasa szynkowa 60g		połędwica sopocka 60g		połędwica sopocka 60g		
	ser żółty 40g	7	ser żółty odtłuszczony 40g	7	ser żółty 40g	7	
PN	kefir 150g	7	kefir 150g	7	kefir 150g	7	
2 136			2 106		2 219		
99,6			99,2		98,4		
61			60,5		64,4		
25,1			24,8		25,5		
312,4			312,5		340,1		
58,7			57,9		54,6		
32,1			31,8		47		
2625,8			3411,5		3780,6		

PIĄTEK 4.07.2025				JADŁOSPIS DCRO				locatering		
	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY	
Ś N I A D A N I E	płatki gryczane	50g	7	płatki kukurydziane	50g	7	płatki gryczane	50g	7	
	mleko 2%	200ml	7	mleko 2%	200ml	7	mleko 2%	200ml	7	
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1	
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		
	ogórek zielony	30g		ogórek zielony	30g		ogórek zielony	30g		
	sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g		
	serek kanapkowy z bazylią	50g	7	serek kanapkowy z bazylią	50g	7	serek kanapkowy z bazylią	50g	7	
domowa szynka z kurczaka		50g	domowa szynka z kurczaka		50g	domowa szynka z kurczaka		50g		
DRUGIE ŚNIADANIE:						mandarynka		1 szt		
O B I A D	krem z warzyw (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)		350 ml	9	krem z warzyw (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)		350 ml	9		
	miruna pieczona w cieście (miruna 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy)		100g	1,4, 9	miruna pieczona w cieście (miruna 120g, (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy)		100g	1,4, 9		
	ryż jaśminowy		200g		ryż jaśminowy		200g			
	surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym i pietruszką zieloną, sól		120g		buraki tarte		120g			
	kompot owocowy		250ml		kompot owocowy		250ml			
PODWIECZOREK:						pieczywo żytnie razowe 30g, wędlna drobiowa kanapkowa 25g, sałata 5g, masło 5g)		60g	1, 7	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1	
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g		
	ogórek zielony	30g		ogórek zielony	30g		ogórek zielony	30g		
	sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g		
	twaróg plastry	50g	7	twaróg plastry	50g	7	twaróg plastry	50g	7	
	hummus	50g	11	hummus	50g	11	hummus	50g	11	
PN	wafle ryżowe		2 szt	wafle ryżowe		2 szt	wafle ryżowe razowe		2 szt	
			2 136				2 106			
			99,6				99,2			
			61				60,5			
			25,1				24,8			
			312,4				312,5			
			58,7				57,9			
			32,1				31,8			
			2625,8				3411,5			

SOBOTA 5.07.2025				JADŁOSPIS DCRO		locatering			
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY			
S N I A D A N I E	inka (mleko 2%, inka (jęczmień, żyto)) (mleko 1,5%, inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)))	250ml	1,7	inka (mleko 2%, inka (jęczmień, żyto)) (mleko 1,5%, inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)))	250ml	1,7	inka (mleko 2%, inka (jęczmień, żyto)) (mleko 1,5%, inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)))	250ml	1,7
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		ogórek zielony	30g		ogórek zielony	30g	
	sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g	
	serek kanapkowy ze szczypiorkiem	50g	7	serek kanapkowy ze szczypiorkiem	50g	7	serek kanapkowy ze szczypiorkiem	50g	7
	szynka drobiowa gotowana	50g		szynka drobiowa gotowana	50g		szynka drobiowa gotowana	50g	
DRUGIE ŚNIADANIE:					jabłko		1 szt		
O B I A D	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	350 ml	9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	350 ml	9	jarzynowa z ziemniakami (ziemniaki 100g, marchew, seler, pietruszka, buraki 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	350 ml	9
	wegański pulpet duszony w sosie z warzyw (ziemniaki, marchew, kalafior, fasolka szparagowa, tofu naturalne, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	100g/50ml	6,9	wegański pulpet duszony w sosie z warzyw (ziemniaki, marchew, kalafior, fasolka szparagowa, tofu naturalne, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	100g/50 ml	6,9	wegański pulpet duszony w sosie z warzyw (ziemniaki, marchew, kalafior, fasolka szparagowa, tofu naturalne, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)	100g/50ml	6,9
	makaron pszenny	200g	1	makaron pszenny	200g	1	makaron pszenny razowy	200g	1
	kompot owocowy	250ml		kompot owocowy	250ml		kompot owocowy	250ml	
PODWIECZOREK:					pieczywo żytnie razowe 30g, ser żółty 25g, sałata 5g, masło 5g)		60g	1, 7	
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1
	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7	masło extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		ogórek zielony	30g		ogórek zielony	30g	
	sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g	
	serek homogenizowany	50g	7	serek homogenizowany	50g	7	serek homogenizowany	50g	7
	śmietankowy			śmietankowy			śmietankowy		
PN	kietbasa szynkowa	50g		kietbasa szynkowa	50g		kietbasa szynkowa	50g	
	jogurt naturalny	150g	7	jogurt naturalny	150g	7	jogurt naturalny	150g	7
			2 144				2 216		
			108,4				107,1		
			74,1				77,6		
			32,1				32,8		
			265,8				290,3		
			56				51,3		
			21,5				36,4		
			2064,4				3189		

NIEDZIELA 6.07.2025			JADŁOSPIS DCRO		catering	
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY
Ś N I A D A N I E	inka (mleko 2%, inka (jęczmień, żyto)) (mleko 1,5%, inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)))	200ml	1,7	inka (mleko 2%, inka (jęczmień, żyto)) (mleko 1,5%, inka (mleko 1,5%, inka (jęczmień, żyto)))	200ml	1,7
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1
	masto extra	10g	7	masto extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		ogórek zielony	30g	
	sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g	
	jaja na twardo	1 szt/50g	3	jaja na miękko	1 szt/50g	3
	szynka z indyka gotowana	50g		szynka z indyka gotowana	50g	
DRUGIE ŚNIADANIE:					gruszka	1 szt
O B I A D	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g	350 ml	9,1	rosół (bulion mięsny (mięso drobiowe i wołowe, woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g,) z makaronem pszennym 150g	350 ml	9,1
	trybowane udko duszone z marchewką (udko z kurczaka, olej, bulion warzywny, passata			trybowane udko duszone z marchewką (udko z kurczaka, olej, bulion warzywny, passata		
	pomidorowa, oregano, mąka	120g	1,9	pomidorowa, oregano, mąka	120g	1,9
	pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)			pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g)		
	ziemniaki z wody	200g		ziemniaki z wody	200g	
	mizeria na jogurcie (sól, pieprz)	120g	7	mizeria na jogurcie (sól, pieprz)	120g	7
	kompot owocowy	250ml		kompot owocowy	250ml	
PODWIECZOREK:					pieczywo żytnie razowe 30g, pasztet drobiowy pieczony 25g, sałata 5g)	60g
K O L A C J A	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1
	masto extra	10g	7	masto extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		ogórek zielony	30g	
	sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g	
	serek wiejski z koperkiem	50g	7	serek wiejski z koperkiem	50g	7
	pasta z tuńczyka w sosie własnym z koperkiem na odtłuszczonym	50g	3,4,10	pasta z tuńczyka w sosie własnym z koperkiem na odtłuszczonym	50g	3,4,10
PN	majonezie			majonezie		
	jogurt naturalny	150ml	7	jogurt naturalny	150ml	7
		2 281		2 259	2 262	
		99,7		99,5	101,3	
		71,1		71,6	72,2	
		26,1		26	26	
		328,5		328	323,5	
		50,3		51,3	52,7	
		26,1		25,4	42,6	
		2019,3		2926,8	2189,3	

PONIEDZIAŁEK 7.07.2025					JADŁOSPIS DCRO		Catering		
	PODSTAWOWA		ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA		ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		ALERGENY
S N I A D A N I E	płatki kukurydziane	80g	7	płatki kukurydziane	80g	7	płatki owsiane	80g	1
	mleko 2%	200ml		mleko 2%	200ml		mleko 2%	200ml	
	herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml		herbata czarna	250ml	
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	1
	masto extra	10g	7	masto extra	10g	7	masto extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		ogórek zielony	30g		ogórek zielony	30g	
	sałata lodowa	10g		sałata lodowa	10g		sałata lodowa	10g	
kremowa ricotta z czarnuszką	50g	7	kremowa ricotta z czarnuszką	50g	7	sałata lodowa	50g	7	
szynka kanapkowa wieprzowa	50g		szynka kanapkowa wieprzowa	50g		szynka kanapkowa wieprzowa	50g		
DRUGIE ŚNIADANIE:						jabłtko		1 szt	
O B I A D	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g) z kaszą jęczmienną 100g	350 ml	9,1	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g) z kaszą jęczmienną 100g	350 ml	9,1	krupnik (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g) z kaszą jęczmienną 100g	350 ml	9,1
	klops duszony w sosie koperkowym (mięso z wieprzowe, olej, oregano, liść laurowy, ziele angielskie, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper)	100g/50ml	1,9	klops duszony w sosie koperkowym (mięso z wieprzowe, olej, oregano, liść laurowy, ziele angielskie, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper)	100g/50 ml	1,9	klops duszony w sosie koperkowym (mięso z wieprzowe, olej, oregano, liść laurowy, ziele angielskie, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, mąka pszenna, koper)	100g/50ml	1,9
	ziemniaki gotowane	200g		ziemniaki gotowane	200g		ziemniaki gotowane	200g	
	bukiet warzyw (kalafior, marchew, brokuł) z wody	100g		bukiet warzyw (kalafior, marchew, brokuł) z wody	100g		bukiet warzyw (kalafior, marchew, brokuł) z wody	100g	
	kompot owocowy	250ml		kompot owocowy	250ml		kompot owocowy	250ml	
PODWIECZOREK:						pieczywo żytnie razowe 30g, ser żółty 25g, sałata 5g, masto 5g)		60g	1,7
K O L A C J A	herbata czarna	250ml	1	herbata czarna	250ml	1	herbata czarna	250ml	1
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g		pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g		pieczywo mieszane pszenno-żytnie	100g	
	masto extra	10g	7	masto extra	10g	7	masto extra	10g	7
	pomidor	60g		pomidor	60g		pomidor	60g	
	ogórek zielony	30g		ogórek zielony	30g		ogórek zielony	30g	
	sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g		sałata masłowa	10g	
	ser żółty	50g	7	ser żółty odtłuszczony	50g	7	ser żółty	50g	7
	szynka wieprzowa gotowana	50g		szynka wieprzowa gotowana	50g		szynka wieprzowa gotowana	50g	
PN	kefir	150ml	7	kefir	150ml	7	kefir	150ml	7
2 262			2 245			2 305			
112			112			112,5			
75,4			76			80,5			
22,2			22,1			22,7			
291,3			291,9			304,9			
58,5			59,6			50,9			
32,6			32,4			50			
3487,6			3460,7			3657,7			

WTOREK 8.07.2025				JADŁOSPIS DCRO			
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	
S N I A D A N I E	płatki owsiane 50g	7	płatki owsiane 50g	7	płatki owsiane 50g	7	
	mleko 2% 200ml	7	mleko 2% 200ml	7	mleko 2% 200ml	7	
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		
	sałata lodowa 10g		sałata lodowa 10g		sałata lodowa 10g		
	serek grani z ziołami greckimi 50g	7	serek grani z ziołami greckimi 50g	7	serek grani z ziołami greckimi 50g	7	
	szynka drobiowa gotowana 50g		szynka drobiowa gotowana 50g		szynka drobiowa gotowana 50g		
DRUGIE ŚNIADANIE:					banan 1 szt		
O B I A D	krem z warzyw (ziemniaki 100g, brokuł, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 350 ml	9	krem z warzyw (ziemniaki 100g, brokuł, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 350 ml	9	krem z warzyw (ziemniaki 100g, brokuł, marchew, seler, pietruszka, kalafior 100g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 350 ml	9	
	gulasz drobiowy (gotowane mięso drobiowe 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 100g, mąka pszenna 2g, zioła) 150g	1,9	gulasz drobiowy (gotowane mięso drobiowe 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 100g, mąka pszenna 2g, zioła) 150g	1,9	gulasz drobiowy (gotowane mięso drobiowe 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 100g, mąka pszenna 2g, zioła) 150g	1,9	
	kasza jęczmienna 200g	1	kasza jęczmienna 200g	1	kasza jęczmienna 200g	1	
	kapusta kiszona z marchewką (olej, sól, pieprz) 120g		marchew gotowana (sól, pieprz, nać pietruszki) 120g		kapusta kiszona z marchewką (olej, sól, pieprz) 120g		
	kompot owocowy 250ml		kompot owocowy 250ml		kompot owocowy 250ml		
PODWIECZOREK:					pieczywo żytnie razowe 30g, jajko na twardo 25g, sałata 5g, masło 5g 60g	1,3, 7	
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		
	sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		
	serek fromage 50g	7	serek fromage 50g	7	serek fromage 50g	7	
	sałatka z ryżem, selerem, tuńczykiem z wody i ogórkiem kiszonym (majonez odtłuszczony, sól, pieprz) 150g	4,9, 10	sałatka z ryżem, selerem, tuńczykiem z wody i ogórkiem kiszonym bez skórki (majonez odtłuszczony, sól, pieprz) 150g	4,9, 10	sałatka z ryżem brązowym, selerem, tuńczykiem z wody i ogórkiem kiszonym (majonez odtłuszczony, sól, pieprz) 150g	4,9, 10	
PN	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	
	2 295		2 279		2 254		
	104,3		104,3		107,4		
	96,9		97,5		90,8		
	36,5		36,4		29		
	255,3		255,9		270,2		
	57,5		58,5		51,1		
	18,5		18,3		35,7		
	3001		3906,1		3790,8		

ŚRODA 9.07.2025			JADŁOSPIS DCRO			catering	
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	
Ś N I A D A N I E	płatki jaglane 50g		płatki jaglane 50g		płatki jaglane 50g		
	mleko 2% 200ml	7	mleko 2% 200ml	7	mleko 2% 200ml	7	
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		
	sałata lodowa 10g		sałata lodowa 10g		sałata lodowa 10g		
	twaróg półtłusty w plastrach 50g	7	twaróg półtłusty w plastrach 50g	7	twaróg półtłusty w plastrach 50g	7	
	szynka drobiowa gotowana 50g		szynka drobiowa gotowana 50g		szynka drobiowa gotowana 50g		
DRUGIE ŚNIADANIE:					brzoskwinia 1 szt		
O B I A D	kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, kalafior 100g, marchew, pietruszka, nać pietruszki) 350 ml	1,9	kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, kalafior 100g, marchew, pietruszka, nać pietruszki) 350 ml	1,9	kalafiorowa z ziemniakami (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, ziemniaki 100g, kalafior 100g, marchew, pietruszka, nać pietruszki) 350 ml	1,9	
	bitka wieprzowa duszona z marchewką (topatka, olej, bulion warzywny, passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 100g	1,9	bitka wieprzowa duszona z marchewką (topatka, olej, bulion warzywny, passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 100g	1,9	bitka wieprzowa duszona z marchewką (topatka, olej, bulion warzywny, passata pomidorowa, oregano, mąka pszenna, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g) 100g	1,9	
	ryż basmati 200g		ryż basmati 200g		ryż basmati 200g		
	surówka z selera i marchwii (sól, pieprz, olej rzepakowy) 120g	9	surówka z selera i marchwii (sól, pieprz, olej rzepakowy) 120g	9	surówka z selera i marchwii (sól, pieprz, olej rzepakowy) 120g	9	
	kompot owocowy 250ml		kompot owocowy 250ml		kompot owocowy 250ml		
PODWIECZOREK:					pieczywo żytnie razowe 30g, szynka z kurczaka 25g, sałata 5g, masło 5g 60g	1,7	
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		
	sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		
	ser capresi 50g	7	ser capresi 50g	7	ser capresi 50g	7	
	pasta rybno-warzywna(tuńczyk 30g, 10 g marchew, 10g seler) 50g	4,9	pasta rybno-warzywna(tuńczyk 30g, 10 g marchew, 10g seler) 50g	4,9	pasta rybno-warzywna(tuńczyk 30g, 10 g marchew, 10g seler) 50g	4,9	
PN	serek homogenizowany waniliowy 130g	7	serek homogenizowany waniliowy 130g	7	jogurt naturalny 150g	7	
	2 149		2 133		2 239		
	111,6		111,6		111,9		
	65,7		66,3		70,5		
	21,2		21,1		21,6		
	285,5		286,1		311,5		
	54		55		48,3		
	26,1		25,9		43,9		
	1369,5		2274,6		1888,2		

CZWARTEK 10.07.2025				JADŁOSPIS DCRO		locatering	
	PODSTAWOWA	ALERGENY	ŁATWOSTRAWNA	ALERGENY	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	ALERGENY	
Ś N I A D A N I E	płatki ryżowe 50g		płatki ryżowe 250ml		płatki ryżowe 250ml		
	mleko 2% 200ml	7	mleko 2% 200ml	7	mleko 2% 200ml	7	
	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		
	sałata lodowa 10g		sałata lodowa 10g		sałata lodowa 10g		
	jajo na twardo 1 szt/50g	3,7	jajo na twardo 1 szt/50g	3,7	jajo na twardo 1 szt/50g	3,7	
	szynka drobiowa gotowana 50g		szynka drobiowa gotowana 50g		szynka drobiowa gotowana 50g		
DRUGIE ŚNIADANIE:					gruszka 1 szt		
O B I A D	szpinakowa z ryżem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, szpinak 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ryż 100g) 350 ml	9	szpinakowa z ryżem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, szpinak 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ryż 100g) 350 ml	9	szpinakowa z ryżem (bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, szpinak 50g, marchew 50g, seler 20g, pietruszka, ryż brązowy 100g) 350 ml	9	
	kotlet pożarski smażony bez tłuszczu (piesz z kurczaka 120g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota) 100g	1	piesz z kurczaka duszona w sosie tymiankowym (piesz z kurczaka 120g, bulion warzywny (woda, pietruszka, marchew, seler korzeń) 16g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota) 100g/50 ml	1,9	kotlet pożarski smażony bez tłuszczu (piesz z kurczaka 120g, marchew 50g , mąka pszenna 2g, olej rzepakowy, mąka ziemniaczana, koper, sól, ziota) 100g	1	
	ziemniaki z koperkiem 200g		ziemniaki z koperkiem 200g		ziemniaki z koperkiem 200g		
	fasolka szparagowa z wody 100g		fasolka szparagowa z wody 100g		fasolka szparagowa z wody 100g		
	kompot owocowy 250ml		kompot owocowy 250ml		kompot owocowy 250ml		
PODWIECZOREK:					pieczywo żytnie razowe 30g, ser biały 25g, sałata 5g, masło 5g 60g	1,7	
K O L A C J A	herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		herbata czarna 250ml		
	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	pieczywo mieszane pszenno-żytnie 100g	1	
	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	masło extra 10g	7	
	pomidor 60g		pomidor 60g		pomidor 60g		
	ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		ogórek zielony 30g		
	sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		sałata masłowa 10g		
	szynka wieprzowa gotowana 50g		szynka wieprzowa gotowana 50g		szynka wieprzowa gotowana 50g		
	ser żółty 50g	7	ser żółty odtłuszczony 50g	7	ser żółty 50g	7	
PN	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	jogurt naturalny 150g	7	
2 127			2 196		2 199		
95,3			95,1		95,5		
67,8			69,3		68,2		
20,7			20,6		21,1		
305,4			304,9		322,2		
51,8			52,8		47,5		
38,8			38,1		55		
1907,3			2814,8		2423,8		