



**LISTA ALERGENÓW I WARTOŚCI ODŻYWCZYCH**  
**WARTOŚĆ ENERGETYCZNA NA 100 G**  
**MENU WIOSNA/LATO 2026: EIP/EIC/EC/IC**

<b>Nazwa dania</b>	<b>Alergeny</b>	<b>Wartość odżywcza (100g)</b>
<b>Bowl po azjatycku</b> – 275 g	Zboża zawierające gluten (tj. pszenica), sezam, seler, soja. Może zawierać: jaja, mleko, gorczyca, orzeszki ziemne, inne orzechy, zboża zawierające gluten (owies, jęczmień, orkisz)	75 kcal / 312 kJ
<b>Filet z kurczaka sous-vide z sosem chorizo</b> – 420 g	Mleko, soja, gorczyca. Może zawierać: zboża zawierające gluten (jęczmień, oves, pszenicę, orkisz)	119 kcal / 496 kJ
<b>Gołąbki wegańskie</b> – 2 szt.	Gorczyca. Może zawierać: soję.	89 kcal / 371 kJ
<b>Grillowany filet z kurczaka</b> – 325 g	Mleko, gorczyca.	121 kcal / 509 kJ
<b>Jajecznica na maśle</b> – 190 g	Danie zawiera: jaja, mleko. Pieczywo zawiera: zboża zawierające gluten (pszenica, żyto). Może zawierać: jaja, mleko, soję, gorczycę, sezam. Masło porcjowe zawiera: mleko.	Danie: 192 kcal / 801 kJ Pieczywo: 227 kcal / 963 kJ Masło porcjowe: 743 kcal / 3056 kJ
<b>Jajecznica z boczkiem</b> – 280 g	Danie zawiera: jaja, mleko. Może zawierać: seler, gorczycę, soję. Pieczywo zawiera: zboża zawierające gluten (pszenica, żyto). Może zawierać: jaja, mleko, soję, gorczycę, sezam. Masło porcjowe zawiera: mleko.	Danie: 139 kcal / 580 kJ Pieczywo: 227 kcal / 963 kJ Masło porcjowe: 743 kcal / 3056 kJ
<b>Naleśniki z serem</b> – 2 szt.	Zboża zawierające gluten (pszenica), mleko, jaja. Może zawierać: soję.	228 kcal / 955 kJ
<b>Naleśnik z serem</b> – 1 szt.	Mleko, jaja, zboża zawierające gluten (pszenica). Może zawierać: soję.	188 kcal / 786 kJ
<b>Panierowane fileciki z kurczaka</b> – 230 g	Zboża zawierające gluten (pszenica), jaja, mleko.	171 kcal / 718 kJ
<b>Pierogi z mięsem i okrasą</b> – 7 szt.	Zboża zawierające gluten (pszenica), soja. Może zawierać: zboża zawierające gluten (żyto, jęczmień, oves, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe), mleko, seler, gorczyca.	283 kcal / 1183 kJ
<b>Pierogi z serem, ziemniakami i rumianą cebulą</b> – 7 szt.	Zboża zawierające gluten (pszenica), mleko. Może zawierać: soja, gorczyca, seler.	201 kcal / 841 kJ
<b>Rogaliki francuskie ze słodkimi dodatkami</b> – 2 szt.	Zboża zawierające gluten (pszenica), mleko, jaja. Może zawierać: soję.	228 kcal / 955 kJ

<b>Sciacciatą z mozzarellą i pesto bazyliowym</b> – 1 szt.	Zboża zawierające gluten (pszenica), mleko, orzechy nerkowca, orzeszki piniowe. Może zawierać: soję, gorczycę, orzeszki ziemne i inne orzechy, jaja, ryby, seler.	175 kcal / 728 kJ
<b>Sciacciatą z szarpaną wieprzowiną</b> – 1 szt.	Zboża zawierające gluten (pszenica, jęczmień, żyto, owies, orkisz, kamut), mięczaki, soja, gorczyca, jaja. Może zawierać: orzechy ziemne i inne orzechy, sezam, siarczyny, mleko, seler.	207 kcal / 867 kJ
<b>Sernik z polewą malinową</b> – 1 szt.	Mleko, jaja, zboża zawierające gluten (pszenica). Może zawierać: łubin, orzeszki ziemne, orzechy, nasiona sezamu, soję.	265 kcal / 1108 kJ
<b>Śniadanie „WARS”</b> – 240 g	Danie zawiera: jaja, gorczyca. Może zawierać: zboża zawierające gluten, soję, seler, mleko. Pieczywo zawiera: zboża zawierające gluten (pszenica, żyto). Może zawierać: jaja, mleko, soję, gorczycę, sezam. Masło porcjowe zawiera: mleko.	Danie: 110 kcal / 459 kJ Pieczywo: 227 kcal / 963 kJ Masło porcjowe: 743 kcal / 3056 kJ
<b>Tradycyjny kotlet schabowy z mizerią</b> – 520 g	Zboża zawierające gluten (pszenica), jaja, mleko.	170 kcal / 712 kJ
<b>Zapiekanka z kurczakiem</b> – 1 szt.	Zboża zawierające gluten (pszenica), mleko, orzechy nerkowca, orzeszki piniowe. Może zawierać: soję, gorczycę, orzeszki ziemne i inne orzechy, jaja, ryby, seler.	175 kcal / 728 kJ
<b>Zapiekanka z serem typu greckiego</b> – 1 szt.	Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut), mleko, jaja, gorczyca. Może zawierać: seler, orzeszki ziemne, sezam, soja.	187 kcal / 777 kJ
<b>Zupa pomidorowa</b> – 300 ml	Mleko, zboża zawierające gluten (pszenica). Może zawierać: jaja, seler, gorczycę, ryby, soję, orzechy, sezam.	64 kcal / 270 kJ
<b>Żurek na zakwasie</b> – 300 ml (EIP/EIC/IC)	Żurek: zboża zawierające gluten (żyto, pszenica), jaja, siarczyny, mleko. Może zawierać: soję, seler, gorczycę, sezam. Pieczywo zawiera: zboża zawierające gluten (pszenica, żyto). Może zawierać: jaja, mleko, soję, gorczycę, sezam.	Żurek: 72 kcal / 300 kJ Pieczywo: 227 kcal / 963 kJ
<b>Żurek na zakwasie</b> – 300 ml (ED160/ED161)	Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto), siarczyny, mleko, jaja, soja, gorczyca, seler. Może zawierać: orzeszki ziemne. Pieczywo zawiera: zboża zawierające gluten (pszenica, żyto). Może zawierać: jaja, mleko, soję, gorczycę, sezam.	Żurek: 66 kcal / 276 kJ Pieczywo: 227 kcal/963 kJ