



📅 **28.09.2026** **Poniedziałek**

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb żytni razowy

Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)

Szynka kanapkowa

Pomidor

Sałata

Masło ekstra (z mleka)

Kawa zbożowa na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (żyto, jęczmień)

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Zupa nylonowa

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, wołowina szponder, kasza manna (pszenica), mięso z ud kurczaka, bez skóry, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron z twarogiem i cynamonem

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), makaron pszenny bezjajeczny, cynamon, cukier

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Jabłko

📅 **29.09.2026** **Wtorek**

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb żytni razowy

Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)

Jajecznica na mleku

Składniki: jaja kurze całe, mleko krowie, 2% tłuszczu

Papryka czerwona

Masło ekstra (z mleka)

Kakao

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, mięso z ud kurczaka, bez skóry, seler korzeniowy, ryż biały, gotowany, por, koperek, śmietana 18% (z mleka), sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kotlet po parysku

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, jaja kurze całe, bułka tarta (pszenica), bułki pszenne zwykłe, natka pietruszki, sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Salatka śródziemnomorska

Składniki: pomidor, ogórek, papryka czerwona, kukurydza, konserwowa, cebula czerwona, oliwa, pieprz, sól biała

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Deserek piegusek

Składniki: śmietanka 30% (z mleka), banan, mąka pszenna, typ 450, jaja kurze całe, czekolada gorzka (soja, mleko), cukier, kakao 16%, proszek, żelatyna, proszek do pieczenia (pszenica)

📅 **30.09.2026** **Środa**

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)

Płatki owsiane na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki owsiane

Dżem wiśniowy, niskosłodzony

Pomidor

Masło ekstra (z mleka)

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Fasolka po bretońsku (Wegańska)

Składniki: woda, fasola biała, nasiona suche, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, mąka pszenna, typ 450, olej rzepakowy, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała, pieprz, majeranek

Makaron z kurczakiem i szpinakiem

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, szpinak, mrożony, makaron pszenny bezjajeczny, śmietana 18% (z mleka), olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, gałka muszkatołowa

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Budyń waniliowy

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, żółtko jaja kurzego, skrobia ziemniaczana, cukier, cukier z prawdziwą wanilią, masło ekstra (z mleka), mleko krowie, 2% tłuszczu

Mandarynki

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

📅 **01.10.2026** **Czwartek**

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb żytni razowy

Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)

Parówki z szynki (gorczyca)

Ketchup

Papryka czerwona

Masło ekstra (z mleka)

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Obiad

Krem pomidorowo-paprykowy z mozzarellą i grzaną

Składniki: woda, pomidor, papryka czerwona, chleb pszenno-żytni, marchew, seler korzeniowy, pietruszka, korzeń, cebula, czosnek, sól biała, pieprz

Ryż na mleku z jabłkami, cynamonem i jogurtem greckim

Składniki: jabłko, mleko krowie, 2% tłuszczu, ryż biały, woda, jogurt grecki (z mleka), cukier, olej rzepakowy, cynamon

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Bruschetta

Składniki: bagietki (p. bezglutenowy), serek śmietankowy (z mleka), ogórek, masło ekstra (z mleka), szczypiorek

Lemoniada owocowa

Składniki: woda, pomarańcza, marchew, limonka, cytryna, cukier

📅 **02.10.2026** **Piątek**

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)

Płatki kukurydziane na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane

Serek topiony Hochland (z mleka)

Ogórek

Masło ekstra (z mleka)

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Zupa jarzynowa z makaronem

Składniki: woda, zupa jarzynowa, mrożona, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, makaron pszenny dwujajeczny, gotowany, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pulpety rybne

Składniki: miruna świeża, filety bez skóry (ryba), jaja kurze całe, skrobia ziemniaczana, kasza manna (pszenica), mąka pszenna, typ 550, olej rzepakowy, szczypiorek, sól biała, pieprz

Kasza kuskus (pszenica)

Marchewka z groszkiem i masłem

Składniki: marchew z groszkiem, mrożona, masło ekstra (z mleka)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Wafel przekładany z gorzką czekoladą

Składniki: wafle nadziewane (pszenica), dżem wiśniowy, niskosłodzony, irysy, krówki, masło ekstra (z mleka), kakao 16%, proszek

Winogrona bez pestek