



05.10.2026 **Poniedziałek**

Śniadanie

- Chleb pszenny
- Chleb żytni razowy
- Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)
- Szynka z indyka
- Pomidor
- Salata

Masło ekstra (z mleka)

Szklanka mleka

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem

Składniki: woda, passata pomidorowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, ryż biały, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, śmietana 18% (z mleka), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pierogi ruskie

Składniki: ziemniaki, mąka pszenna, typ 450, ser twarogowy półtłusty (z mleka), cebula, olej rzepakowy, masło ekstra (z mleka), jaja kurze całe, sól biała

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Wafle ryżowe

Lemoniada owocowa

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

06.10.2026 **Wtorek**

Śniadanie

- Chleb pszenny
- Chleb żytni razowy
- Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)
- Pasta z tuńczyka, twarogu i kukurydzy

Składniki: tuńczyk w oleju (ryba), ser twarogowy półtłusty (z mleka), kukurydza, konserwowa, śmietana 12% (z mleka), pieprz, sól biała

Papryka czerwona

Masło ekstra (z mleka)

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, seler korzeniowy, kasza jęczmienna, perłowa, pietruszka, korzeń, por, mięso z ud kurczaka, bez skóry, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym

Składniki: wieprzowina łopatką, woda, koperek, śmietana 18% (z mleka), mąka pszenna, typ 450, bułki pszenne zwykłe, cebula, jaja kurze całe, czosnek, masło ekstra (z mleka), sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z kapusty czerwonej z marchewką

Składniki: kapusta czerwona, marchew, olej rzepakowy, por

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Budyń waniliowy

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

Śliwki

07.10.2026 **Środa**

Śniadanie

- Chleb pszenny
- Chleb żytni razowy
- Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)
- Kiełbaska z wody z ketchupem

Składniki: kiełbasa podwawelska, keczup

Ogórki konserwowe (gorczyca)

Masło ekstra (z mleka)

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Zupa brukselkowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, brukselka, mrożona, marchew, pietruszka, korzeń, por, seler korzeniowy, śmietana 18% (z mleka), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony

Spaghetti bolognese z soczewicy (Potrawa Wegańska)

Składniki: makaron pszenny bezjajeczny, soczewica czerwona, nasiona suche, pomidory w puszcze całe, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, cebula, czosnek, oregano suszone, bazylija suszona

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Tosty z pieca

Składniki: chleb tostowy (p. bezglutenowy), ser gouda tłusty (z mleka), szynka kanapkowa, papryka czerwona, masło ekstra (z mleka), czosnek

Kakao

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

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

08.10.2026 **Czwartek**

Śniadanie

- Chleb pszenny
- Chleb żytni razowy
- Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)
- Ser ementaler pełnotłusty (z mleka)

Pomidor

Masło ekstra (z mleka)

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Obiad

Rosół drobiowo- wołowy z lanymi kluskami i kalafiozem

Składniki: woda, marchew, mąka pszenna, typ 450, jaja kurze całe, kalafior, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Bitki wieprzowe z cebulką, w sosie własnym

Składniki: wieprzowina szynka surowa, woda, cebula, mąka pszenna, typ 450, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana

Surówka z buraczków z jabłkiem

Składniki: burak, jabłko, olej rzepakowy, cebula

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Jogurt wiśniowy

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), wiśnie bez pestek, mrożone, cukier puder

09.10.2026 **Piątek**

Śniadanie

- Chleb pszenny
- Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)
- Płatki kukurydziane na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane

Serek śmietankowy (z mleka)

Ogórek

Dżem truskawkowy, niskosłodzony

Masło ekstra (z mleka)

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Krem z białych warzyw z grzankami

Składniki: woda, kalafior, ziemniaki, marchew, seler korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, chleb pszenno-żytni, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, gałka muszkatołowa, tymianek

Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki rybne mrożone (pszenica, ryba)

Surówka z pora, marchwi i jabłką

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), por, jabłko, marchew

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Banan