

 05.10.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb żytni razowy

Masło ekstra (z mleka)

SEREK ŁACIATY (z mleka)

SZYNKA WYKWINTNA (soja, mleko, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/siarczyny)

Pomidor

Ogórek

Herbata miętowa

Obiad

Zupa gołąbkowa

Składniki: woda, kapusta włoska, passata pomidorowa, mięso mielone wieprzowo- wołowe, śmietana 18% (z mleka), marchew, cebula, ryż biały, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, czosnek, koperek, majeranek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb pszenny

Kisiel malinowy

Składniki: woda, maliny, mrożone, cukier, skrobia ziemniaczana

Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

Tosty z serem żółtym

Składniki: chleb tostowy (p. bezglutenowy), masło ekstra (z mleka), ser żółty włoszcowski (z mleka)

Gruszka

Woda

 06.10.2026

Wtorek

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb pszenny graham

Masło ekstra (z mleka)

FILET MASLANY Z INDYKA (soja, seler, gorczyca)

SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)

Sałata lodowa

Papryka czerwona

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Mleko krowie, 2% tłuszczu

Obiad

Ryżanka

Składniki: woda, kurczak, tuszka, marchew, ryż biały, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Karkówka opiekana w sosie własnym

Składniki: wieprzowina karkówka, woda, cebula, olej rzepakowy, śmietana 18% (z mleka), mąka pszenna, typ 450, czosnek, pieprz, majeranek, sól biała, papryka słodka

Kopytka

Składniki: ziemniaki, późne, mąka pszenna, typ 450, skrobia ziemniaczana, jaja kurze całe

Kapusta biała

Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

Podwieczorek

Budyń czekoladowy

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, jaja kurze całe, czekolada gorzka (soja, mleko), cukier, skrobia ziemniaczana

Gruszka

Woda

 07.10.2026

Środa

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb żytni razowy

Masło ekstra (z mleka)

POŁĘDWICA RYDZYŃSKA (soja, mleko, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/siarczyny)

Pasta jajeczna

Składniki: jaja kurze całe, majonez (jaja, gorczyca), musztarda (gorczyca), sól biała, pieprz

Rzodkiewka

Ogórek

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Obiad

Krem z białych warzyw z grzankami

Składniki: woda, kalafior, ziemniaki, marchew, seler korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, śmietanka 30% (z mleka), chleb pszemno-żytni, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, gałka muszkatołowa, tymianek

Wegańska fasolka po bretońsku

Składniki: woda, fasola biała, nasiona suche, przecier pomidorowy, ziemniaki, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, sos sojowy, sól biała, kmin rzymski, papryka wędzona, majeranek, lubczyk suszony, papryka słodka, cząber suszony, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Miseczki owocowe

Składniki: banan, truskawki, winogrona, gruszka, jabłko

 08.10.2026

Czwartek

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb żytni razowy

Masło ekstra (z mleka)

Kiełbasa żywiecka

SEREK ŁACIATY (z mleka)

Papryka czerwona

Sałata lodowa

Pomidorki koktajlowe

Kawa zbożowa z mlekiem

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

Obiad

Krupnik z kaszą pęczak

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

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

Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

Podwieczorek

Muffinki marchewkowe

Składniki: marchew, jaja kurze całe, masło ekstra (z mleka), płatki owsiane, mąka owsiana pełnoziarnista, cukier trzcinowy, soda oczyszczona, cynamon

Woda

 09.10.2026

Piątek

Śniadanie

Bułki pszenne mleczne

Bułka grahamka z masłem

Składniki:

Dżem truskawkowy, niskosłodzony

Szynka rydzyńska (mleko, gorczyca, dwutlenek siarki/siarczyny)

Pomidor

Ogórek

Kakao

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

Masło ekstra (z mleka)

Obiad

Zupa mleczna

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu

Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki rybne mrożone (pszenica, ryba)

Ziemniaki

Buraczki

Składniki: burak

Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

Ciasteczka owsiane

Składniki: soda oczyszczona, płatki owsiane, masło ekstra (z mleka), cukier

Woda

Banan