

📅 12.10.2026

Poniedziałek

Śniadanie

- Chleb pszenny
- Chleb żytni razowy
- Masło ekstra (z mleka)
- SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)
- FILET MASLANY Z INDYKA (soja, seler, gorczyca)
- Pomidor
- Papryka czerwona
- Mleko krowie, 2% tłuszczu

Obiad

Zupa kalafiorowa

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

Placki dyniowo-ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, późne, dynia, mąka pszenna, typ 450, cebula, olej rzepakowy, jaja kurze całe, sól biała, pieprz, zioła prowansalskie

Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka)
- Wiśnie bez pestek, mrożone
- Woda

📅 13.10.2026

Wtorek

Śniadanie

- Chleb pszenny
- Chleb żytni razowy
- Masło ekstra (z mleka)
- SZYNKA RYDZYŃSKA
- AGRORYDZYNA (pszenica, mleko, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/siarczyny)
- Serek śmietankowy (z mleka)
- Owsianka na mleku
- Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki owsiane
- Ogórek słupek
- Składniki: ogórek
- Sałata lodowa
- Herbata z cytryną
- Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Obiad

Barszcz czerwony

Składniki: woda, burak, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, majeranek, cytryna, ziele angielskie, pieprz, por, majeranek, cytryna, ziele angielskie, pieprz, liść laurowy, sok buraczany "barszczyk czerwony", sól biała

Makaron pszenny dwujajeczny

Kurczak, tuszka

Sos śmietanowy

Składniki: woda, śmietana 18% (z mleka), mąka pszenna, typ 450, masło ekstra (z mleka), pieprz

Kasza kuskus (pszenica)

Buraczki

Składniki: burak

Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

Podwieczorek

- Rogale pszenne kruche (jaja, mleko)
- Gruszka
- Woda

📅 14.10.2026

Środa

Śniadanie

- Chleb pszenny
- Chleb żytni razowy
- Masło ekstra (z mleka)
- SZYNKA WYKWINTNA (soja, mleko, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/siarczyny)
- SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)
- Pasta z czerwonej soczewicy
- Składniki: soczewica czerwona, nasiona suche, zioła prowansalskie, czosnek, oliwa, sól biała, pieprz, cebula
- Rzodkiewka
- Herbata owocowa
- Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Obiad

Zupa fasolowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, olej rzepakowy, mąka pszenna, typ 450, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, kmin rzymski, sól biała

Ryż z jabłkami

Składniki: jabłko, ryż biały, mleko krowie, 2% tłuszczu, śmietana 18% (z mleka), cukier, masło ekstra (z mleka), cynamon, sól biała

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

- Tortilla wraps (p. bezglutenowy)
- Banan
- Woda

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

📅 15.10.2026

Czwartek

Śniadanie

- Chleb pszenny
- Chleb żytni razowy
- Masło ekstra (z mleka)
- SEREK ŁACIATY (z mleka)
- Pomidor
- KIEŁBASKI LESZCZYŃSKIE (soja, gorczyca)
- Sałata lodowa
- Ogórek
- Herbata miętowa

Obiad

Krem z dyni

Składniki: dynia, ziemniaki, mleko krowie, 2% tłuszczu, woda, pomidory w puszcze krojone, cebula, masło ekstra (z mleka), olej rzepakowy, czosnek, sól biała, kurkuma, imbir suszony mielony

Słonecznik, nasiona

Kotlet z kurczaka w panierce

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, bułka tarta (pszenica), jaja kurze całe

Ziemniaki

Kapusta czerwona

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Szaszłyki owocowe

Składniki: banan, truskawki, winogrona, gruszka, jabłko

Woda

📅 16.10.2026

Piątek

Śniadanie

- Bułki pszenne mleczne
- Masło ekstra (z mleka)
- Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony
- Pomidorki koktajlowe
- Papryka zielona
- Papryka czerwona
- Rzodkiewka
- Kakao
- Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Obiad

Zupa jarzynowa

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

Pulpety rybne

Składniki: dorsz świeży, filety bez skóry (ryba), bułki pszenne zwykłe, jaja kurze całe, olej rzepakowy, pieprz, szczypiorek, natka pietruszki, sól biała

Kasza gryczana

Sos pomidorowy

Składniki: woda, koncentrat pomidorowy, 30%, śmietana 18% (z mleka), mąka pszenna, typ 450, masło ekstra (z mleka), pieprz

Brokuł na parze

Składniki: brokuły, mrożone

Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

Podwieczorek

ŚLIMACZKI SEROWE

Składniki: mąka pszenna, typ 450, szynka konserwowa, woda, drożdże piekarskie, prasowane, cukier, olej rzepakowy, przyprawa ziołowa, sól biała, czosnek

Banan

Woda