

28.09.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb żytni razowy

Chleb pełnoziarnisty z żyta

Masło ekstra (z mleka)

SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)

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

Pomidor

Papryka czerwona

Ogórek

Mleko krowie, 2% tłuszczu

Obiad

Krem z cukinii z grzankami

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

PIEROGI Z JAGODAMI

Składniki: jagody mrożone, mąka pszenna, typ 450, jaja kurze całe, olej rzepakowy

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

RWANY CHLEBEK CZOSNKOWO-ZIOŁOWY

Składniki: mąka pszenna, typ 450, masło ekstra (z mleka) , drożdże piekarskie, prasowane, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól biała, czosnek, cukier, bazylia suszona, oregano suszone, rozmaryn suszony

Banan

Woda

29.09.2026

Wtorek

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb żytni razowy

Masło ekstra (z mleka)

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

SEREK ŁACIATY (z mleka)

Sałata lodowa

Rzodkiewka

Zupa mleczna

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Obiad

Zupa ogórkowa

Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, por, seler korzeniowy, śmietana 18% (z mleka), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kotlet wieprzowy mielony

Składniki: wieprzowina łopatką, olej rzepakowy, jaja całe, mleko krowie, 2% tłuszczu, cebula, bułka tarta (pszennica), bułki pszenne zwykłe

Ziemniaki

Surówka z białej kapusty

Składniki: kapusta biała, marchew, majonez (jaja, gorczyca), koperek

Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

Podwieczorek

Mus warzywno-owocowy

Składniki: banan, jabłko, brzoskwinia w syropie, marchew, kiwi, cytryna, rodzynki, suszone, cukier

Wafle ryżowe

Woda

30.09.2026

Środa

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb pszenno-żytni, słonecznikowy

Masło ekstra (z mleka)

FILET MASLANY Z INDYKA (soja, seler, gorczyca)

SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)

PASTA Z FETY I KISZONYCH OGÓRKÓW

Składniki: ogórek kiszony, ser typu "feta" (z mleka), koperek

Ogórek

Papryka czerwona

Kawa zbożowa na mleku

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

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem

Składniki: woda, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, jaja kurze całe, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

KOCIOŁEK WARZYWNY Z CZERWONĄ FASOLĄ

Składniki: cukinia, papryka czerwona, fasola czerwona, konserwowa, bez zalewy, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, czosnek, olej rzepakowy, papryka słodka, kmin rzymski, pieprz, sól biała

Ryż biały

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Ciasto „murzynek” (p. bezglutenowy)

Gruszka

Woda

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

01.10.2026

Czwartek

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb żytni razowy

Masło ekstra (z mleka)

SZYNKA RYDZYŃSKA

AGRORYDZYNA (pszenica, mleko, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)

Serek śmietankowy (z mleka)

Pomidorki koktajlowe

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka)

Granola

Składniki: żurawina suszona, słonecznik, nasiona, miód pszczeli, płatki owsiane, jabłko

Miód pszczeli

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem

Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, makaron pszenny bezjajeczny, śmietana 12% (z mleka), pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Nuggetsy z kurczaka w płatkach kukurydzianych

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane, olej rzepakowy, jaja kurze całe, mąka pszenna, typ 450, sól biała, pieprz

Ziemniaki

Kapusta czerwona

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Banan

Jabłko

Gruszka

Woda

02.10.2026

Piątek

Śniadanie

Bułka pszenna

Składniki: bułki pszenne zwykłe

Masło ekstra (z mleka)

KIEŁBASA KRAKOWSKA (pszenica, soja, mleko, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)

Pomidor

SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)

Ogórek

Papryka czerwona

Kakao

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

Obiad

Zupa owocowa z makaronem

Składniki: makaron pełnoziarnisty (pszenica), wiśnie bez pestek, mrożone, mąka pszenna, typ 450, cukier

Filet z miruny smażony

Składniki: miruna świeża, filety bez skóry (ryba), mąka pszenna, typ 450, olej rzepakowy

Ryż brązowy

Brokuł na parze

Składniki: brokuły, mrożone

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Gofry tradycyjne

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, mąka pszenna, typ 450, jaja kurze całe, olej rzepakowy, cukier, proszek do pieczenia (pszenica)

Jabłko

Woda