

 02.03.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam)

Chleb żytni Vitason

Masło ekstra (z mleka)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

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

Kakao

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

Serek kanapkowy (z mleka)

Obiad

Zupa ogórkowa

Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, bułka wrocławska (**żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam**), udo z kurczaka, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Naleśniki z twarogiem i sosem jogurtowo- truskawkowym

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, truskawki, mrożone, **jaja** kurze całe, cukier, olej rzepakowy, miód pszczeli

Podwieczorek

Chlebek rwany ziołowy

Składniki: mąka **pszenna**, typ 500, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (z **mleka**), olej rzepakowy, drożdże piekarskie, prasowane, natka pietruszki, koperek, sól o obn. zaw. sodu, cukier

Owocowe miseczki

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

 03.03.2026

Wtorek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam)

Chleb żytni Vitason

Masło ekstra (z mleka)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

FILET MAŚLANY Z INDYKA (soja, mleko)

Kawa zbożowa na mleku

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

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, makaron **pszenny** bezjajeczny, mięso z ud kurczaka, bez skóry, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Gulasz wieprzowy

Składniki: wieprzowina szynka surowa, marchew, cebula, olej rzepakowy

Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką

Składniki: kapusta pekińska, jabłko, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), cytryna, majonez (**jajka, gorczyca**), cukier, sól biała, pieprz

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Jabłko pod kruszonką

Składniki: jabłko, mąka **pszenna**, typ 500, masło ekstra (z **mleka**), cukier, płatki **owsiane**, cynamon

Orzechy włoskie

Napój mleczny jogurtowy

 04.03.2026

Środa

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam)

Chleb żytni Vitason

Masło ekstra (z mleka)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

PASTA Z KURCZAKA Z WARZYWAMI

Składniki: udo z kurczaka, marchew, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, sól biała, pieprz

Serek śmietankowy (z mleka)

Kakao

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

Obiad

Krem z groszku na wywarze warzywnym

Składniki: woda, groszek zielony, mrożony, cebula, marchew, śmietanka 30% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, olej rzepakowy, cytryna, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron z kurczakiem i szpinakiem

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

Owocowe miseczki

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Budyń waniliowy

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, budyń waniliowy w proszku (p. bezglutenowy), cukier, masło ekstra (z **mleka**)

Owocowe miseczki

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

 05.03.2026

Czwartek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam)

Chleb żytni Vitason

Masło ekstra (z mleka)

Kiełbaski leszczyńskie (gorczyca)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Kecup

Kawa zbożowa z mlekiem

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

Obiad

Zupa klopsikowa z koperkiem i ziemniakami

Składniki: woda, mięso mielone wieprzowe z szynki, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, **jaja** kurze całe, koperek, bułki **pszenne** zwykłe, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Risotto z warzywami

Składniki: ryż biały, cebula, marchew, papryka czerwona, cukinia, olej rzepakowy, czosnek

Kompot wieloowocowy

Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Dynia, pestki, łuskane

Słonecznik, nasiona

Podwieczorek

Jogurt naturalny z truskawkami

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), truskawki

Biszkopty San Petitki (pszenica, jajka)

 06.03.2026

Piątek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam)

Chleb żytni Vitason

Masło ekstra (z mleka)

Pasta jajeczna z rzodkiewką

Składniki: **jaja** kurze całe, natka pietruszki, rzodkiewka, sól biała, pieprz

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Bawarka

Składniki: woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, herbata czarna

Obiad

Zupa fasolowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, kiełbasa śląska, olej rzepakowy, boczek wędzony bez kości, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek

Kasza jęczmienna, wiejska Pulpety z miruny w sosie pomidorowym

Składniki: filet z **miruny** mrożonej, bułki **pszenne** zwykłe, **jaja** kurze całe, koncentrat pomidorowy, 30%, śmietana 12% (z **mleka**), olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, szczypiorek, natka pietruszki, sól biała, pieprz

Surówka z selera i jabłka ze śmietaną

Składniki: **seler** korzeniowy, jabłko, śmietana 12% (z **mleka**), rodzynki, suszone

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Ciasto marchewkowe

Składniki: marchew, mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, cukier

Kefir, 2% tłuszczu (z mleka)