

 14.09.2026

Poniedziałek

### Śniadanie

**Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)**  
**Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)**  
**Masło ekstra (z mleka)**  
**Ser gouda tłusty (z mleka)**  
**Miks warzyw**  
Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

**Kakao**  
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, miód pszczeli

### Obiad

#### Grzanki do zupy

Składniki: chleb **pszenny**, olej rzepakowy, zioła prowansalskie

#### Krem z brokuła

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

#### Ryż z jabłkami, jogurtem greckim i cynamonem

Składniki: jabłko, ryż biały, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, olej rzepakowy, cynamon

#### Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, 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 talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

 15.09.2026

Wtorek

### Śniadanie

**Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)**  
**Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)**  
**Masło ekstra (z mleka)**  
**FILET MAŚLANY Z INDYKA (soja, mleko)**  
**Miks warzyw**  
Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

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

### Obiad

#### Zupa paprykowa

Składniki: woda, papryka czerwona, pomidor, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, mięso z ud kurczaka, bez skóry, **seler** korzeniowy, por, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka

#### Kasza jęczmienna, wiejska Bitki schabowe w sosie własnym

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, woda, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450

#### Buraczki duszone

Składniki: burak, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, cytryna, sól biała, pieprz

#### Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

#### Podwieczorek

#### Deser a'la monte

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), **orzechy włoskie**, miód pszczeli, kakao 16%, proszek

#### Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, kiwi, śliwki, winogrona

 16.09.2026

Środa

### Śniadanie

**Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)**  
**Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)**  
**Masło ekstra (z mleka)**  
**Twarożek z rzodkiewką**  
Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, rzodkiewka

**Miks warzyw**  
Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

**Herbata owocowa**  
Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

### Obiad

#### Krem z gruszki i pietruszki na wywarze warzywnym

Składniki: woda, gruszka, pietruszka, korzeń, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka** ), olej rzepakowy, dynia, pestki, łuskane, cytryna, cynamon, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

#### Curry z pieczoną dynią i ciecierzycą, ryż basmati

Składniki: dynia mrożona, ryż basmati, mleczko kokosowe, pomidory w puszcze krojone, soczewica czerwona, nasiona suche, ciecierzycza konserwowa, cebula, olej rzepakowy, imbir świeży, sól biała, curry, pieprz, kmin rzymski, kolendra mielona, kurkuma

#### Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

#### Podwieczorek

#### Kisiel truskawkowy do picia

Składniki: woda, truskawki, skrobia ziemniaczana

#### Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

#### Orzechy włoskie Biskopty San Petitki (pszenica, jaja )

 17.09.2026

Czwartek

### Śniadanie

**Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)**  
**Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)**  
**Masło ekstra (z mleka)**  
**Pasta rybna z makreli z pomidorami**  
Składniki: **makrela** w oleju (**ryba**), **jaja** kurze całe, cebula

**Miks warzyw**  
Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

**Serek kanapkowy (z mleka)**  
**Kakao**  
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

### Obiad

#### Zupa z fasolki szparagowej

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

#### Makaron z pieczonym kurczakiem, warzywami i mozzarellą

Składniki: marchew, fasolka szparagowa i kalafior, mrożone, makaron **pszenny** bezjajeczny, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, ser mozzarella (z **mleka**), olej rzepakowy, natka pietruszki, czosnek

#### Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

#### Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

#### Podwieczorek

#### Skyrnik

Składniki: skyr naturalny (z **mleka**), banan, **jaja** kurze całe, płatki **owsiane**, skrobia ziemniaczana, olej rzepakowy, cukier z prawdziwą wanilią

#### Mus wiśniowy własnego wyrobu

Składniki: wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

 18.09.2026

Piątek

### Śniadanie

**Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)**  
**Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)**  
**Masło ekstra (z mleka)**  
**Pasta z fasoli czerwonej**  
Składniki: fasolka flageolet, konserwowa, cebula, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, papryka ostra

**Miks warzyw**  
Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

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

### Obiad

#### Zupa kukurydziana z popcornem

Składniki: kukurydza, mrożona, ziemniaki, marchew, cebula, olej rzepakowy, kukurydza, ziarno, sól o obn. zaw. sodu

#### Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

#### Paluszki rybne pieczone

Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry (**ryba**), **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, sól o obn. zaw. sodu, pieprz

#### Mizeria z jogurtem naturalnym

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

#### Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

#### Podwieczorek

#### Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

#### Babka cytrynowa z lukrem

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, sok ze świeżej cytryny, olej rzepakowy, cukier, cukier puder, proszek do pieczenia (**pszenica**)