

2026-10-12- poniedziałek



śniadanie

Płatki kukurydziane 20g "Mleko świeże Mleczarnia Wieprz 2% tłuszczu" 150g *(7)
Masło 10g*(7), wędlina 20g , pomidor 10g , pieczywo pełnoziarniste 50g*(1)
Herbata z cytryną 200ml, 0,5 szt. jabłko

obiad

*(7,9)

Zupa jarzynowa zabelana z dodatkiem zielonej pietruszki na wywarze warzywnym 250g
Ryż na mleku z jabłkami i cynamonem 200g*(7)
Kompot z owoców mieszanych bez cukru 150ml

podwieczorek Kolorowa kanapka z serem i warzywami 120g *(1,7) Sok 100%

2026-10-13 - Wtorek



śniadanie

Kiełbaski z szynki wieprzowej na gorąco 100g , sos pomidorowy łagodny 10g
Zielony ogórek 20g, masło 10g, *(7) Pieczywo mieszane z ziarnem 50g *(1)
Herbata z mlekiem 200ml *(7)

obiad

Zupa barszcz ukraiński z buraczkami i fasolą na wywarze mięsny 250 g*(9,)
Pieczeń wieprzowa w sosie pieczeniowym 60 g *(1)
Kasza 100g*(1)
Surówka z selera ,jabłko i pora 50g *(7)
Kompot z owoców mieszanych bez cukru 250 ml



© Can Stock Photo

podwieczorek Naturalny jogurt grecki z granolą i musem owocowym 100g *(1,7)
Herbata owocowa 150ml

2026-10-14- środa



śniadanie



Pasztet pieczony z indyka 20g *(1), ser żółty 10g*(7), ogórek 20g,
masło 10g* (7), pieczywo mieszane 50g (1) Herbata z cytryną 250ml

obiad

Zupa pomidorowa z makaronem ryżowym ze świeżą bazylią na wywarze jarzynowym 250g
*(1,9,7)

Kotlecik z kurczaka 50g *(1,3)

Ziemniaki gotowane 100g

Marchewka z jabłkiem i jogurtem 50g*(7)

Kompot owocowy bez cukru 150ml

podwieczorek Domowy budyń bez cukru 120ml*(1,7) 0,5szt.jabłka

2026-10-15- czwartek



śniadanie

Wędlina wieprzowa 20g ,serek wiejski 10g*(7)

masło 10g *(7), pomidor 10g, pieczywo graham pełnoziarniste 50g *(1)

Herbata z sokiem owocowym 200ml

obiad

Krem dyniowy na wywarze warzywnym z grzankami 250g *(9,1)

Potrąka z ciecierzycą pomidorami i warzywami 100g *(9)

Kasza pęczak 100g*(1)

Buraczki 50g

Kompot z owoców mieszanych bez cukru 150ml

podwieczorek Twarożek z brzoskwinia 100g *(7)

Pieczywo chrupkie *(1)

2026-10-16- piątek

śniadanie



Pieczewo mieszane 50g *(1), ser żółty 20g *(7), pasta z makreli i twarogu 80g *(4,7,) , pomidor 10g , Herbata z cytryną 250ml

obiad

Zupa krupnik delikatnie zabieleną na wywarze warzywnym 250g *(9,7)

Jajko w sosie koperkowym 50g *(1,7,3)

Ziemniaki gotowane 50g

Surówka z kapusty kiszanej 50g

Kompot owocowy bez cukru 150 ml



podwieczorek Ciasto domowe z jogurtem i owocami bez cukru 100g *(7,1,3)
Sok tłoczony z naturalnie występującymi cukrami 120ml

2026-10-19 - poniedziałek

śniadanie



Płatki kukurydziane z mlekiem świeżym „Mleczarnia Wieprz 2% tłuszczu 150g *(7)

pasztet pieczony 10g*(1), masło 10g *(7), ogórek kiszony 10g

Pieczewo pełnoziarniste 50g *(1), Herbata z cytryną 200ml,

obiad

Zupa krem z groszku z grzankami na wywarze warzywnym 250g, *(1,9)

Kroket z mięsem w sosie 150g *(1,3)

Surówka Ciesław 50g*(3)

Kompot z mieszanych owoców bez cukru 150g



podwieczorek

Rogal maślany bez cukru 80g*(7,1) ,Kakao 120ml(7)

2026-10-20 - wtorek

śniadanie

Humus 20g*(11), pomidor 20g, sałata zielona 5g,



masło 10g*(7) Herbata bawarka 200ml*(7),Pieczywo mieszane 100g *(1)

obiad

Zupa z ciecierzycy i ziemniakami na wywarze warzywnym 250g, *(9)

Leczo warzywne 100g *(1)

Ryż 50g

Kompot owocowy bez cukru 150ml

podwieczorek Owoce – banan

2026-10-21 - środa

śniadanie

Pasta z warzywami ze szczypiorkiem 40g , ogórek zielony 20g

masło 10g*(7) Herbata 200ml),Pieczywo mieszane 100g *(1)

obiad

Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 250g, *(9,7)

Łazanki z kiebasą ,kapustą i warzywami 170g *(1)

Kompot owocowy bez cukru 150ml

podwieczorek Jogurt owocowy 100g*(7)

2026-10-22- czwartek

śniadanie

Pasta z kurczakiem i warzywami 40g*(3) pomidor 20g, masło 10g *(7),

pieczywo mieszane 50g *(1) herbata z mlekiem 150g *(7)



Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze jarzynowym zabieleną 250ml *(9,1,7)
Risotto z filetem z indyka i warzywami 100g *(9)
Ogórek kiszony 50g
Kompot owocowy bez cukru 150g

podwieczorek

Owoc-mandarynka, Ciastko owsiane *(1)



2026-10-23 - Piątek

Śniadanie

Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g *(3), sałata zielona 5g, pomidor 10g
masło 10g *(7) Pieczywo mieszane 50g *(1) , Herbata 200ml

obiad

Zupa szpinakowa „Szrek” z makaronem 250g, *(1,9)
Paluszki rybne 70% fileta z ryby 50g *(4,1,3)
Surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem i marchwią 50g
Ziemniaki 100g
Kompot owocowy z dodatkiem aronii bez cukru 150ml



podwieczorek

Serek homogenizowany 50g *(7), wafelek ryżowy

- ZGODNIE Z INFORMACJAMI OD PRODUCENTÓW UŻYTE PRODUKTY GOTOWE
- NP(KAKAO, HERBATA ,KECZUP, KONCENTRAT POMIDOROWY, PRODUKTY Z MIĘSA)
- MOGĄ ZAWIERAĆ ŚLADOWE ILOŚCI ALERGENÓW ,GLUTENU ,MLEKA ŁĄCZNIE Z LAKTOZĄ ,JAJ, SOI, ORZECHÓW,,SELER, GORCZYCY

- 1) Zboża zawierające gluten
- 2) Skorupiaki
- 3) Jaja i produkty pochodne
- 4) Ryby i produkty pochodne
- 5) Orzechy ziemne i produkty pochodne
- 6) Soja i produkty pochodne

7) Mleko i produkty pochodne

8) Orzechy tj. włoskie, migdały i produkty pochodne

9) Seler

10) Gorczyca oraz produkty z nich otrzymane

11) Nasiona sezamu

12) Dwutlenek siarki i siarczyny

13) Łubin oraz produkty z nich otrzymane

14) Mięczaki