

 08.09.2025

Poniedziałek

Obiad

ZUPA kalafiorowa na wywarze warzywnym 250-300ml

Składniki: woda, ziemniaki, kalafior, marchew, śmietanka 30% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

ŁAZANKI z kapustą kiszoną i mięsem 200g

Składniki: wieprzowina łopatka, makaron **pszenny** bezjajeczny, kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy, ziele angielskie, liść laurowy, sól morska jodowana, vegeta natur, pieprz

SOK pomarańczowy 100% b/c 200ml

Składniki: sok pomarańczowy 100%

 09.09.2025

Wtorek

Obiad

ROSÓŁ z makaronem 250-300ml

Składniki: woda, skrzydło indyka, marchew, makaron durum swojski czterojajeczny (**pszenica, jajka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, natka pietruszki, vegeta natur, kurkuma, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól morska jodowana

ZIEMNIAKI młode, całe 120-150g

Składniki: ziemniaki, sól morska jodowana

GOŁĄBKI bez zawijania w sosie pomidorowym 200g(120/80g)

Składniki: wieprzowina szynka surowa, woda, ryż biały, kapusta włoska, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, śmietanka 30% (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 500, ziele angielskie, liść laurowy, sól morska jodowana, pieprz, vegeta natur

MIZERIA ze śmietaną 90g

Składniki: ogórek, śmietana 18% (z **mleka**), cytryna, sól morska jodowana, pieprz

WODA z cytryną i miętą 200ml

Składniki: woda, cytryna, mięta

 10.09.2025

Środa

Obiad

ZUPA pieczarkowa zabelana 250-300ml

Składniki: woda, włoszczyzna krojona w paski (**seler**), pieczarki świeże, makaron łazanki (**pszenica, jajka**), porcja rosółowa, śmietanka 30% (z **mleka**), natka pietruszki, koperek, sól morska jodowana, liść laurowy, vegeta natur, ziele angielskie, pieprz

RYŻ na sypko 80-100g

Składniki: ryż basmati, sól morska jodowana

UDZIEC z kurczaka pieczony 120-140g

Składniki: udziec z kurczaka, ze skórą, olej rzepakowy, sól morska jodowana, papryka słodka, vegeta natur, pieprz, czosnek

SAŁATKA z pomidorów i szczypiorku 70g

Składniki: pomidor, szczypiorek, pieprz, sól morska jodowana

HERBATA owocowa-ziółowa o smaku maliny 200ml

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

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

 11.09.2025

Czwartek

Obiad

KRUPNIK z kaszą jęczmienną z ziemniakami 250-300ml

Składniki: woda, ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski (**seler**), porcja rosółowa, kasza **jęczmienna**, wiejska, sól morska jodowana, koperek, pieprz, natka pietruszki, vegeta natur, ziele angielskie, liść laurowy

ZIEMNIAKI młode, całe 120-150g

Składniki: ziemniaki, sól morska jodowana

KOTLET mielony z ryby w panierce 70-80g

Składniki: **mintaj** świeży, olej rzepakowy, bułki **pszenne** zwykłe, bułka tarta (**pszenica**), **jaja** kurze całe, sól morska jodowana, papryka słodka, pieprz cytrynowy, vegeta natur, pieprz

BURACZKI wiórki 90g

Składniki: burak, cytryna, sól morska jodowana, pieprz

WODA z cytryną i miętą 200ml

Składniki: woda, cytryna, mięta

HERBATNIKI Be Be 16g

Składniki: herbatniki be be (**pszenica, mleko**)

 12.09.2025

Piątek

Obiad

ZUPA grochowa 250-300ml

Składniki: woda, ziemniaki, włoszczyzna krojona w paski (**seler**), groch, nasiona suche, boczek wędzony bez kości, natka pietruszki, sól morska jodowana, majeranek, koperek, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, vegeta natur, pieprz ziołowy

MAKARON z sosem truskawkowo-jogurtowym 230g (150/80g)

Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny, truskawki, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), cukier, olej rzepakowy, sól morska jodowana

SOK jabłkowy 100% b/c 200ml

Składniki: sok jabłkowy 100%