

Data 26.01.2026 PONIE PIĄTEK Alergeny: 1,3,7,9	Wartość Odżywca Indospis E(kcal) 1020 B(g) 33 T(g) 29 W(g) 130	ŚNIADANIE herbata, pieczywo mieszane, masło, ser, szynka, ogórek II. mandarynka	OBIAŁ -zupa pomidorowa z ryżem-250 ml Składniki : wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, sól, pieprz, liście laurowe, ziele angielskie, koncentrat pomidorowy, ryż -klopsiki gotowane w sosie koperkowym-80 g Składniki : mięso mielone, cebula, sól, pieprz, jajka, bułka tarta, mąka, śmietana, koperek -ziemniaki puree -150 g -surówka z białej kapusty-50 g Składniki: kapusta, marchewka, sól, cukier, olej rzepakowy, sok z cytryny, koperek -woda niegazowana z cytryną -200 ml	PODWIECZOREK Herbata- 200ml, budyń z sakiem owocowym - warzywa
27.01.2026 WTO- PIĄTEK Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal) 1038 B(g) 32 T(g) 30 W(g) 125	herbata, pieczywo mieszane, masło, wędlina, pasztet , pomidor II. banan	-zupa ziemniaczana-250 ml Składniki: wywar warzywny(seler, por, pietruszka, marchew), ziemniaki, boczek wędzony, sól, ziele angielskie, liście laurowe, natka pietruszki , pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki, śmietana -spaghetti bolognese-200 g Składniki: mięso mielone, pomidory, cebula, koncentrat pomidorowy, oregano, sól, pieprz, makaron -woda niegazowana z pomarańczą	Kakao, drożdżówka z rodzynkami i kruszonką Składniki: mąka, jajka, mleko, masło , cukier, drożdże, rodzynki -warzywa
28.01.2026 Środa Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal) 1025 B(g) 30 T(g) 29 W(g) 131	Mleko, pieczywo mieszane z masłem, wędlina, sałata II. jabłko	-zupa jarzynowa -250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz, ziemniaki, kalafior, kapusta, brokuły, fas olka, natka pietruszki, śmietana -pierś z kurczaka -80 g Składniki : filet z kurczaka, sól, papryka słodka, mąka, jajka, bułka tarta -ziemniaki-150 g -surówka z marchewki-50 g Składniki: marchewka, jabłko, śmietana, cukier -woda niegazowana z pomarańczą-200 ml	Kawa zbozowa na mleku, bułka maślana, dżem owocowy - warzywa
29.01.2026 Czwartek Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal) 1025 B(g) 31 T(g) 29 W(g) 124	herbata, pieczywo mieszane, masło, wędlina, ogórek, ser II. maślanka owocowa	-krupnik-250 ml Składnik: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe , ziemniaki, kasza, natka pietruszki, śmietana -gulasz-80 g Składniki: mięso wieprzowe, cebula, papryka, cukinia, sól, pieprz, mąka, koncentrat pomidorowy, śmietana -ziemniaki-150 g -surowka z kiszonych ogórków- 50 g (ogórki kiszzone, cebula, cukier, sól, olej rzepakowy) -woda niegazowana z cytryną i miętą-200 ml	herbata 200 ml, galaretk owocowa z sosem waniliowym - warzywa
30.01.2026 PIĄTEK Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal) 1024 B(g) 26 T(g) 30 W(g) 124	herbata, pieczywo mieszane z masłem, , twarożek , rzodkiewka II. pomarańcza	-zupa fasolowa- 250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, fasola, ziemniaki, sól, pieprz, majeranek -pierogi z owocami-200 g Składniki: mąka, jajka, olej rzepakowy, cukier, sól, owoce - woda niegazowana z cytryną	herbata, jogurt naturalny z truskawkami - warzywa