

Data	Wartość Odżywczą Jednostki	ŚNIADANIE	OBIAŁ	PODWIECZORE
6.10.2025 PONIEDZIAŁEK Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1020 B(g):3 T(g):25 W(g):122	kakao, pieczywo mieszane, masło, wędlina, sałata II. banan	-zupa pomidorowa z makaronem-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, sól, pieprz, liście laurowe, ziele angielskie, koncentra pomidorowy, śmietana, makaron -klopsiki w sosie koprkowym-80 g Składniki: mięso mielone, sól, pieprz, cebula, bulka tarta, śmietana, koperek, mąka, jajka -ziemniaki puree -150 g -surówka wiosenna-50 g Składniki: kapusta, ogórek, pomidor, cukier, sól, sok z cytryny, olej rzepakowy, koperek -woda niegazowana z cytryną -200 ml	Herbata- 200ml, kasza manna z sokiem owocowym - warzywa
7.10. 2025 WTOREK Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1025 B(g):32 T(g):28 W(g):122	herbata, pieczywo żytnie, pszenne, masło , wędli, pasztet, ogórek II. arbuz	-zupa jarzynowa-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, liście laurowe, ziele angielskie, ziemniaki, kalafior, brokuły, kapusta, fasolka, śmietana, na tka pietruszki -gulasz-80 g Składniki: mięso wieprzowe, cebula, papryka, cukinia, sól, pieprz, mąka, śmietana , koncentrat pomidorowy -kasza-150 g -surówka z kiszonych ogórków-50 g Składniki: ogórki kiszone, cebula, sól, cukier, olej rzepakowy -woda niegazowana z miętą-200 ml	mleko, ciasto marchewkowe Składniki: mąka, jajka, mleko, cukier, kakao, marchewka, soda oczyszczona, olej rzepakowy - warzywa
8.10. 2025 Środa Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1028 B(g):31 T(g):30 W(g):132	herbata, pieczywo mieszane z masłem, ser, wędlina pomidor II. śliwka	-rosół z makaronem-250 ml Składniki: wywar drobiowy, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, natka, pietruszki, sól, pieprz, makaron -kotlet z piersi kurczaka-80 g Składniki: filet z kurczaka, sól, papryka słodka, mąka, jajka, bulka tarta -ziemniaki puree z koperkiem-150 g -fasolka szparagowa -50 g Składniki: fasolka szparagowa, sól, cukier -woda niegazowana z pomarańczą-200 ml	kakao, bułka maślana, twarożek - warzywa
9.10. 2025 Czwartek Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1020 B(g):33 T(g):32 W(g):125	kakao, pieczywo mieszane, masło, szynka, sałata II. pomarańcza	-kapuśniak-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe, kapusta kiszona, ziemniaki, natka pietruszki -pieczeń wieprzowa-80 g Składniki: schab wieprzowy, sól, pieprz -ziemniaki puree-150 g -buraczki -50 g Składniki: buraczki, sól, cukier, sok z cytryny -woda niegazowana z cytryną i miętą-200 ml	herbata-200 ml, owsianka na mleku z jabłkami - warzywa
10.10. 2025 PIĄTEK Alergeny: 1,3,4,7,9	E(kcal):1023 B(g):30 T(g):32 W(g):120	mleko, pieczywo mieszane z masłem, , pasta jajeczna, szczypiorek II. jabłko	-zupa kalafiorowa- 250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, kalafior, ziemniaki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, śmietana, atka pietruszki -filet z mintaja-80 g Składniki: filety rybne, sól, pieprz, mąka -ziemniaki-150 g -surówka z kiszonej kapusty -50 g Składniki: kapusta kiszona, cebula, cukier, sól, olej rzepakowy - woda niegazowana z cytryną 200 ml	Herbata, jogurt naturalny z truskawkami - warzywa