

Data	Wartość Odżywczego i kalorii	ŚNIADANIE	OBIAŁ	PODWIECZOREK
27.10.2025 PONIEDZIAŁEK Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1030 B(g):3 T(g):25 W(g):122	mleko, pieczywo mieszane, masło, wędlina, pasztet, ogórek II. śliwka	-żurek-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, sól, pieprz, liście laurowe, ziele angielskie , kielbasa, ziemniaki, zakwas -pieczeń wieprzowa-80 g Składniki: mięso wieprzowe, sól, pieprz -ziemniaki puree -150 g -kapusta zasmażana-50 g Składniki: kapusta, koperek, sól, cukier, ocet, ziele angielskie, liść laurowy, masło -woda niegazowana z cytryną -200 ml	Herbata- 200ml, owsianka na mleku z jabłkiem - warzywa
28.10. 2025 WTOREK Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1028 B(g):32 T(g):29 W(g):120	Kakao, pieczywo żytnie, pszenne, masło , wędlina ser, sałata II. jabłko	-zupa jarzynowa-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, liście laurowe, ziele angielskie, ziemniaki, brokuły, kalafior, fasolka kapusta, śmietana, natka pietruszki -sznycel mielony -80 g Składniki: mięso mielone, cebula, jaja, bułka tarta, sól, pieprz -ziemniaki -150 g -surówka wiosenna -50 g Składniki: kapusta, pomidor, ogórek, sól, cukier, olej rzepakowy, natka pietruski -woda niegazowana z miętą-200 ml	Kawa zbożowa z mlekiem, ciasto zebra, Składniki: mąka, jaja, mleko, cukier, kakao, soda oczyszczona, olej rzepakowy - warzywa
29.10. 2025 Środa Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1028 B(g):31 T(g):30 W(g):125	Kawa zbożowa na mleku , pieczywo mieszane z masłem, wędlina, pomidor II. banan	-zupa marchwiowa-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, natka, pietruszki, sól, pieprz, ziemniaki, marchew -gulasz-80 g Składniki: mięso wieprzowe, cebula, papryka, kukurydza, sól, pieprz, mąka, śmietana, koncentrat pomidorowy -makaron-150 g -woda niegazowana z pomarańczą-200 ml	herbata, bułka masłana, twarożek - warzywa
30.10. 2025 Czwartek Alergeny: 1,3,7,9	E(kcal):1032 B(g):33 T(g):32 W(g):128	mleko, pieczywo mieszane, masło, wędlina, ogórek II. maślanka owocowa	-zupa ogórkowa-250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liście laurowe, ogórki kiszzone, ziemniaki, śmietana, natka pietruszki -pierś z kurczaka -80 g Składniki: filet z kurczaka, sól, papryka słodka, mąka, jaja -ziemniaki-150 g -surówka z marchewki-50 g Składniki: marchew, jabłko, cukier, śmietana -woda niegazowana z cytryną i miętą-200 ml	kakao-200 ml, galaretka owocowa z sosem waniliowym - warzywa
31.10. 2025 PIĄTEK Alergeny: 1,3,4,7,9	E(kcal):1028 B(g):30 T(g):32 W(g):125	herbata, pieczywo mieszane z masłem, pasta jajeczna, ogórek II. pomarańcza	-krem z dyni- 250 ml Składniki: wywar warzywny, marchew, seler, por, pietruszka korzeń, dynia, sól, pieprz, gałka muszkatołowa, śmietana -paluszki rybne-80 g Składniki: filety rybne, mąka, jaja, bułka tarta, sól, pieprz -ziemniaki puree z koperkiem -150 g -surówka z kapusty pekińskiej-50 g Składniki: kapusta pekińska, papryka, kukurydza, majonez, sól, cukier - woda niegazowana z cytryną 200 ml	Herbata, jogurt naturalny z truskawkami - warzywa