

<u>PONIEDZIAŁEK</u> <u>29.09.2025</u>	<u>WTOREK</u> <u>30.09.2025</u>	<u>ŚRODA</u> <u>01.10.2025</u>	<u>CZWARTEK</u> <u>02.10.2025</u>	<u>PIĄTEK</u> <u>03.10.2025</u>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
*Zupa grysikowa z kalafiorom 400-450ml (woda , kalafior, marchew ,ziemniaki seler ,kasza manna masło-mleko , zioła, pietruszka korzeń, mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) por , natka , koper, imbir, zioła ,sól) * Ryż 180g-220g *Potrawka z kurczaka z warzywami 70-80g (mięso z kurczaka ,grosek zielony , fasolka czerwona ,kukurydza, cebula ,marchew , por, seler, pietruszka ,czosnek masło ,olej rzepakowy ,zioła ,sól, pieprz ,mleko kokos.- woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) *Sałatka z ogórka kiszzonego z czerwoną cebulą 150g-160g (ogórek kiszony: (woda, koper, chrzan, czosnek, sól, liść laurowy, cukier, może zawierać seler i gorczycę) cebula czerwona ,marchew, olej rzepakowy ,natka pietruszki pieprz, sól, miód) Śliwka <i>Kompot jabłko wiśnia 200ml (woda ,jabłko , wiśnia)</i>	*Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400-450ml (-woda ,buraki ,ziemniaki ,skrzydło indyk marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,por, mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar),koncentrat z buraka- (zagęszczony sok z buraków ćwikłowych (57 %) woda. cukier. sól. regulator kwasowości - kwas cytrynowy),natka, koper, sól, zioła ,imbir) *Kluski leniwe z masłem , bułką i cynamonem, prażone migdały 260-310g (ser biały -mleko ,mąka pszenna , kasza manna , jajka , bułka tarta-mąka pszenna , sól ,drożdże) jajka , masło , cukier ,cynamon , sól) * Dieta kluski śląskie ze szpinakiem i cebulką 260-310g (ziemniaki , mąka ziemniaczana ,jajka ,szpinak , cebula, olej rzepak. sól, pieprz) *Surówka z marchwi jabłka selera 150g-160g (sól, cukier, jogurt naturalny- mleko) Jabłko <i>Kompot jabłko marchew 200ml (woda ,jabłko , marchew)</i>	Zupa krem zielony groszek400-450ml (-woda ,zielony groszek, ziemniaki ,marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,por, masło- mleko , mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar)natka, koper, sól, zioła , imbir *Ziemniaki z koperkiem 180g-200g *Ryba panierowana 70-80g (ryba miruna , jajka , mąka pszenna ,olej rzepak ,pieprz cytrynowy, sól, zioła) *Pomidory z cebulą, szczypiorem, czosnkiem, śmietaną dieta bez śmietany 150-160g (pomidory ,śmietana - mleko cebula , czosnek sól, cukier , cytryna) Śliwka <i>Kompot jabłko aronia 200ml (woda , jabłko , aronia)</i>	*Zupa ziemniaczana 400-450ml (-woda , ziemniaki , marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,por, mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) ,natka, koper, sól, zioła , imbir) * Kasza jęczmienna lub gryczana 180g-220g * Kotlet mielony duszony z sosem pieczarkowym 70-80g (karczek , bułka veka: (mąka pszenna , woda, drożdże, margaryna 70%: [oleje roślinne (olej palmowy, rzepakowy, kokosowy) , veka jajka ,bułka tarta skład -mąka pszenna ,sól ,drożdże) mąka pszenna , olej rzepak , pieczarki mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) ,sól ,pieprz, zioła) * Sałatka z buraków (buraki, jabłko, cebula , olej rzepak , cytryna ,pieprz, sól) Jabłko <i>Kompot jabłko rabarbar 200ml (woda ,jabłko ,rabarbar)</i>	*Zupa pieczarkowa z `makaronem 400-450ml (-woda ,pieczarka ,makaron pszenny lub bezgl. , marchewka , korzeń pietruszki, seler, indyk skrzydło , por ,cebula , czosnek, mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar), natka, sól, zioła, imbir) *Ziemniaki z koperkiem 180g-200g *Fasolka po bretońsku 260-320g (fasola biała ,passata pomidorowa - (pomidory 99,5%-sól) łopatka 40-60g,cebula , czosnek, seler, olej rzepakowy ,mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) , sól, pieprz, zioła Brzoskwinia <i>Kompot jabłko mięta 200ml (woda ,jabłko ,mięta)</i>

Zamienniki do diety:

-mąka bezglutenowa-
skrobia pszenna bezglutenowa,
skrobia kukurydziana, mąka
kukurydziana, glukoza, substancja
zagęszczająca: guma guar, E464;
błonnik ziemniaczany, regulator
kwasowości: E 55; substancja
spulchniająca: węglany sodu.
-makaron bezgl .mąka
ryżowa/kukurydziana)
- bułka bezgl tarta. -skrobia
ziemniaczana, błonnik ,cukier
gronowy

Alergeny oznaczono zgodnie z
Rozporządzeniem wg załącznika II
Dziennika Urzędowego Unii
Europejskiej L 304/43

<u>PONIEDZIAŁEK</u> <u>06.10.2025</u>	<u>WTOREK</u> <u>07.10.2025</u>	<u>ŚRODA</u> <u>08.10.2025</u>	<u>CZWARTEK</u> <u>09.10.2025</u>	<u>PIĄTEK</u> <u>10.10.2025</u>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
*Zupa jarzynowa z ziemniakami 400-450ml (woda , kalafior , groszek zielony, kalafior marchew ,ziemniaki seler , masło-mleko, zioła, pietruszka korzeń, mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) por , natka , koper, imbir, zioła ,sól) * Makaron spaghetti pszenny z sosem mięsno-pomidorowym z ziołami i ser gouda 260-320g (makaron pszenny-(skład mąka pszenna może zawierać soję) mięso szynka wieprzowa 50-60g pasata pomidorowa- (pomidory 99,5%-) ,marchew, cebula, ser żółty ,por seler ,pietruszk korzeń, czosnek, mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) sól, pieprz ,imbir, zioła, olej rzepak , koper ,natka, cukier) Jabłko <i>Kompot jabłko wiśnia 200ml (woda ,jabłko, wiśnia)</i> <i>Zamienniki do diety:</i> -mąka bezglutenowa- skrobia pszenna bezglutenowa, skrobia kukurydziana, mąka kukurydziana, glukoza, substancja zagęszczająca: guma guar, E464; błonnik ziemniaczany, regulator	*Zupa krupnik z kaszą jaglaną z ziemniakami 400-450ml(-woda , kasza ,ziemniaki ,marchewka ,korzeń pietruszki, seler, indyk skrzydło , por, natka, sól, zioła, imbir) * Ryż 180g-220g *Ryba panierowana 70-80g (ryba miruna , jajka, mąka pszenna ,olej rzepak ,pieprz cytrynowy, sól, zioła) *Surówka z marchwi jabłka selera 150g-160g (sól, cukier, jogurt naturalny- mleko) *Warzywa poddaszne 150-160g marchew, brokuł ,cebula , por ,seler , pietruszka, passata pomidorowa- (pomidory 99,5%-) Śliwka <i>Kompot jabłko marchew 200ml (woda ,jabłko, marchew)</i>	*Zupa pomidorowa z ryżem 400-450ml (woda , passata pomidorowa- (pomidory 99,5%- sól)ryż , marchew, seler, masło-mleko, zioła, pietruszka korzeń, mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) por , natka , koper, imbir, zioła ,sól) * Ziemniaki z koperkiem 180g-220g *Udko pieczone z kurczaka 70-80g(udko kurczaka ,czosnek, musztarda, olej rzepak, zioła, pieprz ,sól) *Sałata ze śmietaną dieta bez śmietany i szczypiorkiem 150g-160g (sałata ,szczypior, śmietana sól, cukier) Śliwka <i>Kompot jabłko aronia 200ml (woda , jabłko, aronia)</i>	*Zupa z fasolką szparagową 400-450ml (-woda , fasolka szparagowa, ziemniaki , marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,por, mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) ,natka, koper, sól, zioła , imbir) *Kluski śląskie z sosem pieczarkowym 260-310g (ziemniaki , mąka ziemniaczana ,jajka ,pieczarki , mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) , cebula, olej rzepak. sól, pieprz) * Surówka z kapusty parzonej czerwonej z jabłkiem (kapusta czerwona , jabłko, cebula ,majonez (- olej rzepakowy, żółtko jaja 6,0%, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), olej rzepak ,cukier , cytryna ,pieprz, sól) Jabłko <i>Kompot jabłko rabarbar 200ml (woda ,jabłko ,rabarbar)</i>	*Zupa krem z batatów 400-450ml (-woda ,bataty , marchewka , korzeń pietruszki, seler, indyk skrzydło , por ,cebula, czosnek, mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar), natka, sól, zioła, imbir) * Kasza jęczmienna lub gryczana 180g-220g *Gulasz wieprzowy po węgiersku(łopatka wieprzowa 40-60g ,papryka ,cebula , kukurydza, fasola czerwona por, seler, czosnek, olej rzepak, mleczko kokos (-woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) . mąka pszenna, sól, pieprz, zioła) *Ćwikła 150-160g(buraki, chrzan Składniki: chrzan (50%), woda, ocet spirytusowy, cukier, olej rzepakowy, mleko odtłuszczone w proszku, sól, błonnik pszenno-bambusowy, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, substancja konserwująca: pirosiarczan sodu, substancje zagęszczające: guma guar i guma ksantynowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy) Jabłko <i>Kompot jabłko mięta 200ml (woda ,jabłko ,mięta)</i>

kwasowości: E 55; substancja spulchniająca: węglany sodu. -makaron bezgl .mąka ryżowa/kukurydziana) - bułka bezgl tarta. -skrobia ziemniaczana, błonnik ,cukier gronowy Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43				
---	--	--	--	--

<u>PONIEDZIAŁEK</u> <u>13.10.2025</u>	<u>WTOREK</u> <u>14.10.2025</u>	<u>ŚRODA</u> <u>15.10.2025</u>	<u>CZWARTEK</u> <u>16.10.2025</u>	<u>PIĄTEK</u> <u>17.10.2025</u>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
*Zupa barszcz biały z jajkiem z ziemniakami bezgl jarzynowa zupa 400-450ml (marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,por, natka, koper, sól, zioła, ziemniaki ,imbir, indyk skrzydło ,mleko kokos.) *Makaron pszenny ze szpinakiem i ser feta 220-320g (makaron pszenny skład- mąka pszenna może zawierać soję z serem feta- mleko, sól, regulator kwasowości E 575.)dieta bez sera ,szpinak, ser feta ,masło- mleko , olej rzepak czosnek, , sól ,pieprz, zioła) Jabłko <i>Kompot jabłko wiśnia 200ml (woda ,jabłko, wiśnia)</i> <i>Zamienniki do diety:</i> -mąka bezglutenowa- skrobia pszenna bezglutenowa, skrobia kukurydziana, mąka kukurydziana, glukoza, substancja zagęszczająca: guma guar, E464; błonnik ziemniaczany, regulator kwasowości: E 55; substancja spulchniająca: węglany sodu. -makaron bezgl .mąka ryżowa/kukurydziana) - bułka bezgl tarta. -skrobia ziemniaczana, błonnik ,cukier		*Zupa krupnik z komosą ryżową z ziemniakami 400-450ml(- woda , komosa ,ziemniaki ,marchewka ,korzeń pietruszki, seler, indyk skrzydło , por, natka, sól, zioła, imbir) * Ziemniaki z koperkiem 180g-220g * Kotlet drobiowy panierowany 70-80g (filet kurczaka, (bułka tarta skład -mąka pszenna ,sól ,drożdże) mąka pszenna, jajka olej rzepak ,sól ,pieprz, zioła) *Marchew z groszkiem duszona 150-160 g (woda, marchew, groszek zielony, masło -mleko ,cytryna, cukier , sól) Śliwka <i>Kompot jabłko aronia 200ml (woda , jabłko, aronia)</i>	*Zupa z zielonego groszku 400-450ml (-woda , groszek zielony, ziemniaki , marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,por, mleko kokos.-{woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) ,natka, koper, sól, zioła , imbir) * Kasza jęczmienna lub gryczana 180g-220g *Zrazy wieprzowo - warzywne w sosie cebulowym70-80g (łopatka , jajka, weka : mąka pszenna, woda, drożdże, margaryna 70%: ,oleje roślinne) mąka bezgl. , mleko kokos.-{woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar),olej rzepak , pieczarki ,papryka ,marchew, por , cebula , czosnek ,natka, pieprz, sól, zioła) *Sałatka z kapusty kiszzonej z żurawiną suszoną 150-160 g (kapusta kiszona , cebula, marchew, żurawina(cukier, olej słonecznikowy), sól, pieprz ,miód , olej rzepak) Śliwka <i>Kompot jabłko rabarbar 200ml (woda ,jabłko ,rabarbar)</i>	*Zupa krem warzywny 400-450ml (- woda , marchewka , korzeń pietruszki, seler, indyk skrzydło , por ,cebula, czosnek, mleko kokos.- (woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar), natka, sól, zioła, imbir) * Ziemniaki z koperkiem 180g-220g *Ryba z pieca zapiekana z pomidorami i serem żółtym dieta bez sera 70-80g (ryba miruna , pomidory , ser żółty ,masło, czosnek , olej rzepak ,cytryna zioła ,pieprz, sól) *Surówka z pora 150-160g (por ,jabłko, marchew, kukurydza, seler naciowy ,majonez (- olej rzepakowy, żółtko jaja 6,0%, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz (E385), regulator kwasowości kwas cytrynowy)cukier , cytryna ,sól, zioła) Jabłko <i>Kompot jabłko mięta 200ml (woda ,jabłko ,mięta)</i>

gronowy Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43				
---	--	--	--	--

<u>PONIEDZIAŁEK</u> <u>20.10.2025</u>	<u>WTOREK</u> <u>21.10.2025</u>	<u>ŚRODA</u> <u>22.10.2025</u>	<u>CZWARTEK</u> <u>23.10.2025</u>	<u>PIĄTEK</u> <u>24.10.2025</u>
OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD	OBIAD
*Zupa pomidorowa z makaronem 400-450ml (woda , passata pomidorowa- (pomidory 99,5%-sól)makaron , marchew, seler, masło, zioła, pietruszka korzeń, mleko kokos.-(woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) por , natka , koper, imbir, zioła ,sól) * Ziemniaki z koperkiem 180g-220g *Gulasz z indyka (indyk 40-60g, pieczarki , cukinia ,cebula, czosnek, seler , olej rzepak ,mleko kokos. skład-woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) pieprz, zioła ,sól) *Surówka z kapusty białej 150-160g (kapusta ,marchew, cebula ,jabłko , koper, majonez (- olej rzepakowy, żółtko jaja 6,0%, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), przyprawy, przeciwutleniacz (E385), regulator kwasowości kwas cytrynowy) cytryna ,sól, zioła) Jabłko <i>Kompot jabłko wiśnia 200ml (woda ,jabłko, wiśnia)</i> <i>Zamienniki do diety:</i>	*Zupa krem z kalafiora z ziemniakami 400-450ml -woda ,kalafior ,marchewka , ziemniaki ,korzeń pietruszki, seler, indyk, por,, mleko kokos.-(woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) natka, sól, zioła, imbir) * Łazanki z kapusty mieszanej z mięsem wieprzowym 220-320g (makaron pszenny ,kapusta kiszona skład -kapusta i sól) kapusta biała słodka, mięso łopatką 40g, cebula ,czosnek .olej rzepakowy , sól, zioła, pieprz) Banan <i>Kompot jabłkowy wiśnia 200ml (woda ,jabłko, wiśnia)</i>	* Zupa ogórkowa z ryżem 400-450ml(-woda ,ogórki kiszzone, ryż ,marchew, seler, pietruszka korzeń ,por , mleko kokos.-(woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar),indyk skrzydło, natka ,koper, sól, zioła) * Ziemniaki z koperkiem 180g-220g *Ryba panierowana 70-80g (ryba miruna , jajka, mąka pszenna ,olej rzepak ,pieprz, sól, zioła) * Surówka z kapusty parzonej czerwonej z jabłkiem (kapusta czerwona , jabłko, cebula ,majonez (- olej rzepakowy, żółtko jaja 6,0%, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), olej rzepak ,cukier , cytryna ,pieprz, sól) Śliwka <i>Kompot jabłko aronia 200ml (woda , jabłko, aronia)</i>	*Zupa krem z soczewicy z groszkiem ptysiowym 400-450ml (-woda ,ciecierzyca , ziemniaki , marchewka ,korzeń pietruszki, seler ,por, mleko kokos.-(woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar), groszek ptysiowy pszenny skład – (mąka pszenna, jaja, margaryna olej rzepakowy, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, woda, sól.)natka, koper, sól, zioła , ,imbir) *Naleśniki z serem białym i polewa jogurtowo cynamonową 2-3 szt *dieta naleśniki bezgl. ze szpinakiem 2-3 szt (ser biały 100g , cukier ,jaja ,mąka pszenna, mleko, woda gaz. mąka bezgl.,olej rzepak , sól, cukier waniliowy ,jogurt naturalny , szpinak, masło , czosnek) Jabłko <i>Kompot jabłko marchew 200ml (woda ,jabłko ,marchew)</i>	*Zupa krupnik z kaszą jęczmienną z ziemniakami dieta zupa bez kaszy 400-450ml(-woda , kasza jęczmienna ,ziemniaki ,marchewka ,korzeń pietruszki, seler, indyk skrzydło , por, natka, sól, zioła, imbir) * Ziemniaki z koperkiem 180g-220g * Kotlet schabowy panierowany 70-80g (jajka ,mąka pszenna , bezgl.,bułka tarta , bułka bezgl. olej rzepakowy ,zioła ,sól, pieprz *Mizeria ze śmietaną i szczypiorkiem dieta bez śmietany 150-160g (sól, cukier , cytryna) Jabłko <i>Kompot jabłko mięta 200ml (woda ,jabłko ,mięta)</i>

-mąka bezglutenowa- skrobia pszenna bezglutenowa, skrobia kukurydziana, mąka kukurydziana, glukoza, substancja zagęszczająca: guma guar, E464; błonnik ziemniaczany, regulator kwasowości: E 55; substancja spulchniająca: węglany sodu. -makaron bezgl .mąka ryżowa/kukurydziana) - bułka bezgl tarta. -skrobia ziemniaczana, błonnik ,cukier gronowy Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem wg załącznika II Dziennika Urzędowego Unii Europejskiej L 304/43				
--	--	--	--	--

