

| <u>PONIEDZIAŁEK</u><br><u>01.12.2025</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <u>WTOREK</u><br><u>02.12.2025</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <u>ŚRODA</u><br><u>03.12.2025</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <u>CZWARTEK</u><br><u>04.12.2025</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <u>PIĄTEK</u><br><u>05.12.2025</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| OBIAD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | OBIAD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | OBIAD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | OBIAD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | OBIAD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <p>*Zupa pomidorowa z makaronem 400-450ml (woda , passata pomidorowa- (pomidory 99,5%-sól )makaron , marchew, <b>seler</b>, <b>masło</b>, zioła, pietruszka korzeń, mleko kokos.-(woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) por , natka , koper, imbir, zioła ,sól)</p> <p>*Ziemniaki z koperkiem 180g-200g</p> <p>*Ryba panierowana 100g (<b>ryba miruna</b> , <b>jajka</b>, <b>mąka pszenna</b> ,olej rzepak ,pieprz cytrynowy, sól, zioła)</p> <p>*MIX sałat z ogórkiem, seler naciowy ,rzodkiewką , kukurydzą i prażonym migdałem 150-160g (olej rzepakowy ,czosnek ,sól, cukier , cytryna, zioła)</p> <p><b>Jabłko</b></p> <p><i>Kompot jabłko rabarbar 200ml (woda , jabłko, rabarbar)</i></p> <p><i>Zamienniki do diety:</i></p> | <p>*Zupa krem ziemniaczana 400-450ml -woda ,ziemniaki ,marchewka ,korzeń pietruszki, <b>seler</b>, indyk, por, mleko kokos.-(woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) natka, sól, zioła, imbir)</p> <p>* Łazanki z kapusty mieszanej z mięsem wieprzowym 220-320g (<b>makaron pszenny</b> ,kapusta kiszona skład -kapusta i sól ) kapusta biała słodka, mięso łopatka 60g, cebula ,czosnek .olej rzepakowy , sól, zioła, pieprz)</p> <p><b>Banan</b></p> <p><i>Kompot jabłko marchew 200ml (woda ,jabłko, marchew)</i></p> | <p>*Zupa krem z ciecierzycy z boczkiem 400-450ml (-woda ,ciecierzyca , ziemniaki ,marchewka ,korzeń pietruszki, <b>seler</b> , indyk – skrzydło ,por, natka, koper, sól, zioła , imbir</p> <p>* Kasza <b>jęczmienna</b> lub gryczana 180g-220g 200g</p> <p>*Gulasz z indyka ( łopatka wieprzowa 70-80g ,cukinia , pieczarka .papryka ,cebula ,por, <b>seler</b>, czosnek, olej rzepak, mleczko koko (-woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) . <b>mąka pszenna</b>, sól, pieprz, zioła )</p> <p>* Sałatka z buraków (buraki, jabłko, cebula , olej rzepak , cytryna ,pieprz, sól)</p> <p><i>Kompot jabłko aronia 200ml (woda , jabłko, aronia)</i></p> <p><b>Mandarynka</b></p> <p><i>Kompot jabłko aronia 200ml (woda ,jabłko, aronia)</i></p> | <p>*Zupa gulaszowa z ziemniakami 400-450ml (-woda , ziemniaki ,filet drobiowy 40g ,fasolka szparagowa, fasola czerwona , kukurydza marchewka ,korzeń pietruszki, <b>seler</b> ,por, mleko kokos.-(woda ekstrakt kokos 83%, stabilizator-guma guar) ,natka, koper, sól, zioła , imbir)</p> <p>*Naleśniki z powidłami wiśniowymi i polewa jogurtowo cynamonową 2-3 szt<br/>dieta naleśniki bezgl. 2-3 szt ( cukier ,<b>jaja</b> ,<b>mąka pszenna</b>, <b>mleko</b>, . woda gaz. mąka bezgl.,olej rzepak ,powidła wiśniowe słodzone sokiem jabłkowym, sól, cukier cynamon ,jogurt naturalny)</p> <p><b>Jabłko</b></p> <p><i>Kompot jabłko rabarbar 200ml (woda ,jabłko ,rabarbar)</i></p> | <p>*Zupa krupnik z komosą ryżową z ziemniakami 400-450ml( -woda , komosa ,ziemniaki ,marchewka ,korzeń pietruszki, <b>seler</b>, indyk skrzydło , por, natka, sól, zioła, imbir)</p> <p>*Ziemniaki z koperkiem 180g-200g</p> <p>* Kotlet mielony duszony 100 g (karczek , bułka veka: (<b>mąka pszenna</b>, woda, drożdże, <b>margaryna</b> 70%: [oleje roślinne (olej palmowy, rzepakowy, kokosowy ),, <b>veka jajka</b> ,bułka tarta skład -<b>mąka pszenna</b> ,sól ,drożdże) <b>mąka pszenna</b>, cebula ,olej rzepak ,sól ,pieprz, zioła)</p> <p>*Surówka z kapusty pekińskiej 150-160g (kapusta pekińska ,rzodkiewka , ogórek kiszony ,marchew, szczypior , <b>majonez</b> (- olej rzepakowy, żółtko jaja 6,0%, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), sól ,czosnek , koperek ,pietruszka natka)</p> <p><b>Jabłko</b></p> <p><i>Kompot jabłko mięta 200ml (woda ,jabłko ,mięta)</i></p> |

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