

 12.10.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Kawa zbożowa na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (żyto , jęczmień)

Kanapka z masłem papryką i ogórkiem

Składniki: chleb pszenno-żytni, papryka czerwona, ogórek, masło ekstra (z mleka)

Półędwica sopocka

Winogrona

Obiad

Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, wieprzowina boczek bez kości, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, kurczak, tuszka, cebula, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie

Naleśniki z serem (pszenica, jaja, mleko)

Mus truskawkowy własnego wyrobu

Składniki: truskawki, mrożone, cukier

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kanapka z pieczywa graham z pastą z tuńczyka i jajka

Składniki: chleb pszenny graham, jaja kurze całe, tuńczyk w sosie własnym (ryba), masło ekstra (z mleka), majonez (jaja, gorczyca), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), szczypiorek, cytryna

Rzodkiewka

Pomarańcza

Herbata z melisy

Składniki: woda, herbata z melisy

 13.10.2026

Wtorek

Śniadanie

Płatki miodowe

Mleko krowie, 2% tłuszczu

Bułka pszenna z masłem

Składniki: bułki pszenne zwykłe, masło ekstra (z mleka)

Masło orzechowe 100%

Jabłko

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, kasza jęczmienna, perłowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, koperek, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Nuggetsy z kurczaka w płatkach kukurydzianych

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, płatki kukurydziane, jaja kurze całe, mąka pszenna, typ 450, sól biała, pieprz

Surówka z białej kapusty Colesław

Składniki: kapusta biała, marchew, majonez (jaja, gorczyca), koperek

Sok pomarańczowy 100%

Podwieczorek

Jogurt naturalny z malinami

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), maliny, mrożone, cukier

Chia, nasiona (szałwia hiszpańska)

Herbatniki (pszenica, mleko)

Ananas

 14.10.2026

Środa

Śniadanie

Kakao bez cukru

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek

Kanapka z twarogiem

Składniki: chleb pszenno-żytni, ser twarogowy półtłusty (z mleka), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), masło ekstra (z mleka)

Masło ekstra (z mleka)

Awokado

Pomidor

Obiad

Zupa gulaszowa

Składniki: woda, ziemniaki, wieprzowina łopatka, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, papryka czerwona, przecier pomidorowy, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, papryka słodka

Makaron z sosem curry

Składniki: makaron pszenny bezjajeczny, cebula, śmietana 18% (z mleka), olej rzepakowy, cytryna, koncentrat pomidorowy, 30%, koperek

Mus owocowy

Woda z cytryną

Składniki: woda, cytryna

Podwieczorek

Lemoniada cytrynowa

Składniki: woda, cytryna, cukier

Rogal pszenny maślany (jaja)

Gruszka

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

 15.10.2026

Czwartek

Śniadanie

Zupa mleczna z makaronem

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, makaron pszenny bezjajeczny

Kanapka ze smalcem z fasoli

Składniki: fasola biała, nasiona suche, chleb pszenny, cebula, jabłko, ogórek kiszony, olej rzepakowy

Melon

Ogórek

Orzechy włoskie

Obiad

Zupa grochowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, groch, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony

Kasza bulgur (pszenica)

Gulasz wołowy

Składniki: wołowina półędwica, woda, olej rzepakowy, cebula, mąka pszenna, typ 450

Surówka szwedzka

Składniki: ogórek kiszony, papryka czerwona, cebula, olej rzepakowy

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

Podwieczorek

Chleb pszenno-żytni

Masło ekstra (z mleka)

Kiełbasa żywiecka

Ogórek

Mięta

Rozspanka

Pomidory z cebulką

Składniki: pomidor, cebula

 16.10.2026

Piątek

Śniadanie

Mleko krowie, 2% tłuszczu

Bułka grahamka z masłem

Składniki: bułki pszenne grahamki, masło ekstra (z mleka)

Schab pieczony z czosnkiem i majerankiem- wędlina własnego wyrobu

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, majeranek, czosnek, sól biała, pieprz, olej rzepakowy

Ogórek kiszony

Orzechy nerkowca

Pomidorki koktajlowe

Obiad

Zupa owocowa z makaronem

Składniki: truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, makaron pszenny bezjajeczny, cukier

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki rybne mrożone (pszenica, ryba)

Mizeria z jogurtem naturalnym

Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka)

Kompot śliwkowo- jabłkowy

Składniki: woda, śliwki, cukier

Podwieczorek

Sok jabłkowy 100%

Batonik zbożowy z witaminami (p. bezglutenowy)

Kaki