

 29.09.2025

Poniedziałek

Śniadanie

Bułka grahamka z szynką z kurczaka i ogórkiem świeżym

Składniki: bułki **pszenne** grahamki, ogórek, szynka z piersi kurczaka, masło ekstra (z **mleka**)

Jabłko

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Kakao

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

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, makaron **pszenny** bezjajeczny, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kurczak gotowany z ziemniakami i fasolką z masłem i prażoną bułką tartą

Składniki: ziemniaki, gotowane w wodzie, kurczak, tuszka, fasola szparagowa, gotowana w wodzie, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, bułka tarta (**pszenica**)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Bułki i rogałe **pszenne** maślane

Banany, suszone

Kawa zbożowa na mleku

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

 30.09.2025

Wtorek

Śniadanie

Chleb pełnoziarnisty z **żyta**

Masło ekstra (z **mleka**)

Pasta z awokado

Składniki: awokado, **jaja** kurze całe, natka pietruszki, czosnek, limonka, sól biała, pieprz

Papryka czerwona

Płatki kukurydziane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Chipsy gruszkowe

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem

Składniki: marchew, karczek wieprzowy bez kości, śmietana 12% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, ryż biały, **seler** korzeniowy, koperek, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Bitki schabowe w sosie własnym

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, woda, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450

Kopytka

Składniki: ziemniaki, późne, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana

Surówka z kapusty kiszonej z

marchewką

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Budyń waniliowy

Składniki: żółtko **jaja** kurzego, **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, skrobia ziemniaczana, cukier, cukier z prawdziwą wanilią, masło ekstra (z **mleka**)

Chrupki kukurydziane

Kiwi

Herbata truskawkowa

 01.10.2025

Środa

Śniadanie

Bułka kukurydziana (**pszenica**)

Szynka kanapkowa

Pomidor

Salata

Masło ekstra (z **mleka**)

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Płatki ryżowe na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki ryżowe

Jabłko

Obiad

Zupa pieczarkowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, pieczarki świeże, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, udo z kurczaka, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Kotlet schabowy

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe

Salata z sosem vinegret

Składniki: salata, olej rzepakowy, miód pszczeli, cytryna, pieprz, koperek

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kiełbasa śląska

Chleb **żytni** jasny

Mieszanka studencka (**orzechy**)

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

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

 02.10.2025

Czwartek

Śniadanie

Bułka **żytnia**

Jajecznica

Składniki: **jaja** kurze całe, olej rzepakowy

Masło ekstra (z **mleka**)

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Kasza manna na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**)

Gruszka

Obiad

Zupa ogórkowa

Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kasza gryczana, gotowana

Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym

Składniki: wieprzowina łopatka, bułki **pszenne** zwykle, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, **jaja** kurze całe, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy

Kapusta czerwona

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Chałka z dżemem wiśniowym

Składniki: chałki **pszenne**, dżem wiśniowy, niskosłodzony, masło ekstra (z **mleka**)

Chałka z masłem

Składniki: chałki **pszenne**, masło ekstra (z **mleka**)

Herbata owoce lasu

 03.10.2025

Piątek

Śniadanie

Chleb **żytni** jasny

Masło ekstra (z **mleka**)

Pasztet

Ogórek kiszony

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Płatki **jęczmienne** na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **jęczmienne**

Banan

Obiad

Zupa serowa z makaronem

Składniki: woda, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, serek śmietankowy (z **mleka**), śmietana 12% (z **mleka**), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pieczony filet z dorsza

Składniki: **dorsz** świeży, filety bez skóry, olej rzepakowy

Ziemniaki, gotowane w wodzie

Surówka z kapusty pekińskiej, z marchewką, kukurydzą i jogurtem greckim

Składniki: kapusta pekińska, marchew, jogurt grecki (z **mleka**), kukurydza, mrożona, cebula, koperek

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Jogurt naturalny z malinami

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

Wafle wielozbożowe

Żurawina suszona

 06.10.2025

Poniedziałek

Śniadanie

Chleb pełnoziarnisty z żyta

Polędwica sopocka

Sałata

Rzodkiewka

Masło ekstra (z mleka)

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli, herbata czarna

Owsianka na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki owsiane

Jabłko

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną

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

Naleśniki z dżemem

Składniki: mąka pszenna, typ 450, dżem truskawkowy, niskosłodzony, mleko krowie, 3,5% tłuszczu, jaja kurze całe, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), miód pszczeli, proszek do pieczenia (pszenica), olej rzepakowy

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Bułka grahamka z serem i ogórkiem kiszonym

Składniki: bułki pszenne grahamki, ser gouda tłusty (z mleka), ogórek kiszony, masło ekstra (z mleka)

Sałata

Kakao

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

Chipsy gruszkowe

 07.10.2025

Wtorek

Śniadanie

Chleb żytni jasny

Jaja kurze całe

Masło ekstra (z mleka)

Ketchup

Kasza manna na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (pszenica)

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Gruszka

Obiad

Zupa grochowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, groch, nasiona suche, pietruszka, korzeń, cebula, olej rzepakowy, kielbasa śląska, boczek wędzony bez kości, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony

Kurczak w sosie słodko- kwaśnym z ryżem

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, ryż biały, przecier pomidorowy, cebula, ananas, plastry w syropie, olej rzepakowy

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Ciasto drożdżowe

Składniki: mąka pszenna, typ 450, jaja kurze całe, mleko krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, cukier, cukier z prawdziwą wanilią, drożdże piekarskie, prasowane

Kakao

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

Rodzynki, suszone

 08.10.2025

Środa

Śniadanie

Chleb żytni jasny

Twarożek ze szczypiorkiem

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), mleko krowie, 3,2% tłuszczu, szczypiorek

Masło ekstra (z mleka)

Ogórek

Kawa zbożowa na mleku

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

Obiad

Zupa pomidorowa ze świeżych pomidorów z makaronem

Składniki: woda, pomidor, makaron pszenny bezjajeczny, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, śmietana 18% (z mleka), mięso z ud kurczaka, bez skóry, natka pietruszki, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Filet z kurczaka panierowany, ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (pszenica), jaja kurze całe, olej rzepakowy, koperek, sól biała, pieprz

Mizeria z jogurtem naturalnym

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

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Salatka owocowa

Składniki: pomarańcza, jabłko, winogrona bez pestek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), orzechy laskowe

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez podkreślenie.

 09.10.2025

Czwartek

Śniadanie

Bułka kukurydziana (pszenica)

Kielbasa śniadaniowa

Składniki: kielbasa śląska

Ketchup

Masło ekstra (z mleka)

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli, herbata czarna

Owsianka na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki owsiane

Dynia, pestki, łuskane

Obiad

Zupa brokułowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, śmietana 18% (z mleka), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony

Spaghetti z mięsem wieprzowym w sosie warzywno- pomidorowym

Składniki: makaron pszenny bezjajeczny, wieprzowina łopatką, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, ser gouda tłusty (z mleka)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy (z mleka)

Wafle wielozbożowe

Banany, suszone

 10.10.2025

Piątek

Śniadanie

Bułka grahamka z masłem

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

Serek topiony Hochland

Pomidor

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Pomarańcza

Obiad

Zupa owocowa zimowa z makaronem i jogurtem greckim

Składniki: jogurt grecki (z mleka), makaron pszenny bezjajeczny, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, jagody mrożone, cukier

Kotlet mielony z miruny panierowany

Składniki: miruna świeża, filety bez skóry, jaja kurze całe, olej rzepakowy, bułka tarta (pszenica), szczypiorek, mąka pszenna, typ 450

Ziemniaki, gotowane w wodzie Surówka z kapusty kiszonej z marchewką

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Ciasto marchewkowe

Składniki: marchew, mąka pszenna, typ 450, olej rzepakowy, jaja kurze całe, cukier

Herbata malinowa

 13.10.2025

Poniedziałek

Śniadanie

- Bułka żytnia
- Szynka konserwowa
- Masło ekstra (z mleka)

- Salata
- Papryka czerwona
- Herbata z cytryną i miodem
- Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna
- Płatki ryżowe na mleku
- Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki ryżowe
- Banan

Obiad

- Rosół drobiowy z makaronem
- Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, makaron pszenny bezjajeczny, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- Kotleciki z jajka
- Składniki: jaja kurze całe, bułki pszenne zwykłe, cebula, szczypiorek, olej rzepakowy, bułka tarta (pszenica), mleko krowie, 1,5 % tłuszczu, natka pietruszki, pieprz, sól biała
- Ziemniaki gotowane
- Składniki: ziemniaki, sól biała
- Fasolka szparagowa z wody, z masłem i bułką tartą
- Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, bułka tarta (pszenica), masło ekstra (z mleka)
- Kompot owocowy
- Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

- Jogurt naturalny mango
- Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), mango
- Granola czekoladowa

 14.10.2025

Wtorek

Śniadanie

- Chleb pełnoziarnisty z żyta
- Pasta z jajka
- Składniki: jaja kurze całe, śmietana 12% (z mleka), szczypiorek
- Masło ekstra (z mleka)
- Papryka kolorowa
- Kasza manna na mleku
- Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (pszenica)
- Herbata z cytryną
- Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna
- Gruszka

Obiad

- Zupa jarzynowa z dużą ilością marchewki z grzankami razowymi
- Składniki: mieszanka warzywna mrożona, marchew, mrożona, karczek wieprzowy bez kości, marchew, bułki pszenne grahamki, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy
- Gulasz wieprzowy z szynki w sosie własnym
- Składniki: wieprzowina szynka surowa, woda, cebula, mąka pszenna, typ 450
- Kluski śląskie (jajka)
- Surówka z marchewki i jabłka
- Składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy
- Kompot owocowy
- Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

- Chleb żytni jasny
- Paszтет
- Ogórek kiszony

 15.10.2025

Środa

Śniadanie

- Bułka grahamka z serem i pomidorem
- Składniki: bułki pszenne grahamki, ser gouda tłusty (z mleka), pomidor, masło ekstra (z mleka)
- Salata
- Herbata z cytryną i miodem
- Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna
- Płatki kukurydziane na mleku
- Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane
- Banan

Obiad

- Zupa serowa z makaronem
- Składniki: woda, marchew, makaron pszenny bezjajeczny, serek śmietankowy (z mleka), śmietana 12% (z mleka), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- Kotlet wieprzowy mielony
- Składniki: wieprzowina łopatką, olej rzepakowy, jaja kurze całe, mleko krowie, 2% tłuszczu, cebula, bułka tarta (pszenica), bułki pszenne zwykłe
- Ziemniaki, gotowane w wodzie
- Buraki, gotowane w wodzie
- Kompot owocowy
- Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

- Kisiel wiśniowy własnego wyrobu
- Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, skrobia ziemniaczana, cukier
- Kakao
- Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier
- Banany, suszone

 16.10.2025

Czwartek

Śniadanie

- Chleb żytni jasny
- Masło ekstra (z mleka)
- Parówki z szynki (gorczyca)
- Ketchup
- Płatki jaglane na mleku
- Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki jaglane
- Herbata z cytryną i miodem
- Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna
- Mandarynki

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 laurowy, ziele angielskie
- Kluski leniwe z masłem
- Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), mąka pszenna, typ 450, jaja kurze całe, masło ekstra (z mleka), cukier, sól biała
- Kompot owocowy
- Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

- Chleb pełnoziarnisty z żyta
- Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony
- Dżem wiśniowy, niskosłodzony
- Kawa zbożowa na mleku
- Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (żyto, jęczmień)

 17.10.2025

Piątek

Śniadanie

- Bułka grahamka z masłem
- Składniki: bułki pszenne grahamki, masło ekstra (z mleka)
- Połędwica sopocka
- Rzodkiewka
- Salata
- Herbata z cytryną
- Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna
- Kawa zbożowa na mleku
- Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (żyto, jęczmień)
- Żurawina suszona
- Migdały płatki
- Obiad

- Zupa pomidorowa z ryżem
- Składniki: woda, passata pomidorowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, ryż biały, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, śmietana 18% (z mleka), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- Pieczony filet z dorsza
- Składniki: dorsz świeży, filety bez skóry, olej rzepakowy
- Ziemniaki z koperkiem
- Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała
- Surówka z kapusty kiszonej z marchewką
- Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier
- Kompot owocowy
- Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

- Jogurt naturalny z jagodami
- Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), jagody mrożone
- Chrupki kukurydziane

 20.10.2025

Poniedziałek

Śniadanie

- Bułka żytnia
- Polędwica sopocka
- Masło ekstra (z mleka)
- Rzodkiewka

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Płatki jaglane na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki jaglane

Chipsy truskawkowe

Obiad

Zupa brokułowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, śmietana 18% (z mleka), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony

Makaron z twarogiem i śmietaną

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), makaron pszenny bezjajeczny, śmietana 18% (z mleka), cukier, cukier z prawdziwą wanilią

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy (z mleka)

Granola czekoladowa

Banany, suszone

 21.10.2025

Wtorek

Śniadanie

Bułka kukurydziana (pszenica)

Twarożek ze szczypiorkiem

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), mleko krowie, 3,2% tłuszczu, szczypiorek

Pomidor

Masło ekstra (z mleka)

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Jabłko

Obiad

Krupnik ryżowy

Składniki: woda, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, ryż biały, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ziemniaki, gotowane w wodzie

Podudzie z kurczaka ze skórą

Marchew, gotowana w wodzie

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kanapka z dżemem truskawkowym

Składniki: chleb pszenno-żytni, dżem truskawkowy, niskosłodzony, masło ekstra (z mleka)

Kakao

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

 22.10.2025

Środa

Śniadanie

Kanapka z masłem i pomidorem

Składniki: chleb pszenny, pomidor, masło ekstra (z mleka)

Jajko sadzone

Składniki: jaja kurze całe, olej rzepakowy

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Obiad

Barszcz czerwony z ziemniakami

Składniki: ziemniaki, burak, marchew, karczek wieprzowy bez kości, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, śmietana 12% (z mleka), sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Pierś z kurczaka w sosie koperkowym

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, śmietana 12% (z mleka), olej rzepakowy, cebula, koperek, bazylia suszona, oregano suszone, czosnek, tymianek, pieprz, sól biała

Makaron pełnoziarnisty (pszenica)

Warzywa gotowane na parze

Składniki: mieszanka warzywna mrożona

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Deser mleczny, ryżowo-jabłkowy

Mieszanka studencka (orzechy)

Herbata owoce lasu

 23.10.2025

Czwartek

Śniadanie

Kanapka z szynką wieprzową i sałatą

Składniki: chleb pszenno-żytni, szynka wieprzowa, gotowana, masło ekstra (z mleka), sałata

Rzodkiewka

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Płatki ryżowe na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki ryżowe

Banan

Obiad

Zupa fasolowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, kurczak, tuszka, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, natka pietruszki, żeberka wieprzowe wędzone, boczek wędzony bez kości, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Schab duszony w sosie własnym

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, cebula, olej rzepakowy

Kasza gryczana

Surówka z ogórka kiszonego

Składniki: ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Budyń waniliowy z sosem jagodowym

Składniki: mleko krowie, 3,2% tłuszczu, jagody mrożone, żółtko jaja kurzego, cukier, skrobia ziemniaczana, cukier z prawdziwą wanilią, masło ekstra (z mleka)

Chrupki kukurydziane

 24.10.2025

Piątek

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Pasztet

Papryka kolorowa

Masło ekstra (z mleka)

Płatki kukurydziane na mleku

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Banan

Obiad

Zupa pomidorowa ze świeżych pomidorów z makaronem

Składniki: woda, pomidor, makaron pszenny bezjajeczny, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, śmietana 18% (z mleka), mięso z ud kurczaka, bez skóry, natka pietruszki, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Dorsz na parze

Składniki: dorsz świeży, filety bez skóry, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Ziemniaki, gotowane w wodzie

Surówka z kapusty kiszonej z marchewką

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Bułki i rogalę pszenne maślane

Kawa zbożowa na mleku

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

Gruszka