

📅 03.11.2025

Poniedziałek

Obiad

Zupa grochowa z ziemniakami

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

Szprecle jajeczne z truskawkami

Składniki: **mleko** krowie uht, 3,2% tłuszczu, truskawki, mrożone, jogurt grecki (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), miód pszczeli, chia, nasiona (szałwia hiszpańska), sól biała, gałka muszkatołowa, woda

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna

Papryka czerwona

Banan

📅 04.11.2025

Wtorek

Obiad

Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami

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

Filet z kurczaka panierowany

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy

Puree ziemniaczane z mlekiem

Składniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (z **mleka**)

Mizeria z jogurtem naturalnym

Składniki: ogórek, jogurt grecki (z **mleka**), cytryna, koperek, cukier puder

Sok pomarańczowy 100%

Śliwki

Kalarepa

📅 05.11.2025

Środa

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza **jęczmienna**, perłowa, kurczak, tuszka, wieprzowina żeberka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron carbonara z szynką i boczkiem

Składniki: szynka konserwowa, makaron bezjajeczny z semoliny (**pszenica**), boczek wędzony bez kości, cebula, śmietana 12% (z **mleka**), **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, czosnek

Herbata miętowa z cukrem

Składniki: woda, cukier, herbata miętowa

Papryka czerwona

Pomarańcza

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

📅 06.11.2025

Czwartek

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem

Składniki: woda, makaron **pszenny** bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, marchew, kurczak, tuszka, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, por, natka pietruszki, sól biała, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz

Gulasz wieprzowy

Składniki: wieprzowina łopatką, woda, cebula, marchew, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450

Kasza kuskus (**pszenica**)

Buraczki zasmażane

Składniki: burak, olej rzepakowy, cebula, cytryna, sól biała, pieprz

Kompot z owoców mieszanych

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Mandarynki

Ogórek

📅 07.11.2025

Piątek

Obiad

Zupa fasolowa z ziemniakami

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

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Filet z miruny panierowany

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

Brokuł na parze ze słonecznikiem

Składniki: brokuły, mrożone, słonecznik, nasiona

Herbata miętowa z cukrem

Składniki: woda, cukier, herbata miętowa

Banan

Papryka czerwona



📅 10.11.2025 Poniedziałek

Obiad

📅 11.11.2025 Wtorek

Obiad

📅 12.11.2025 Środa

Obiad

Zupa pieczarkowa z ziemniakami
Składniki: woda, pieczarki świeże, marchew, udo z kurczaka, makaron dwujajeczny z semoliny, gotowany (**pszenica**, **jajka**), śmietana 18% (z **mleka**), por, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Spaghetti z mięsem wieprzowym w sosie pomidorowym
Składniki: wieprzowina łopatką, makaron pełnoziarnisty (**pszenica**), marchew, koncentrat pomidorowy, 30%, ser gouda tłusty (z **mleka**), olej rzepakowy, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, mąka **pszenna**, typ 450, por, czosnek

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

Herbata miętowa z cukrem
Składniki: woda, cukier, herbata miętowa

Mandarynki

Papryka czerwona

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

📅 13.11.2025 Czwartek

Obiad

Krem z dyni
Składniki: dynia, ziemniaki, woda, pomidory w puszcze krojone, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cebula, masło ekstra (z **mleka**), olej rzepakowy, czosnek, sól biała, kurkuma, imbir suszony mielony

Kotlet schabowy panierowany
Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (**pszenica**), **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Ziemniaki z masłem i koperkiem
Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**), koperek

Surówka wielowarzywna
Składniki: kapusta włoska, marchew, jabłko, por, papryka czerwona, koperek, olej rzepakowy

Kompot śliwkowy
Składniki: woda, śliwki, cukier

Pomarańcza

Ogórek

📅 14.11.2025 Piątek

Obiad

Zupa ogórkowa
Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, skrzydło indyka, śmietana 18% (z **mleka**), wieprzowina żeberka, płatki **owsiane**, siemię lniane, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Burger rybny z mintaja
Składniki: **mintaj** świeży, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 500, mąka ryżowa, sól biała, pieprz

Kasza kuskus z warzywami
Składniki: kasza kuskus (**pszenica**), kukurydza, konserwowa, papryka czerwona, papryka zielona

Mini marchewki z masłem
Składniki: mini marchewki, masło ekstra (z **mleka**)

Kompot jabłkowy
Składniki: woda, jabłko

Papryka czerwona

Banan

