

14.09 – 18.09.2026 r.



Poniedziałek

I śniadanie: Pieczywo mieszane z masłem, sałata, jajko gotowane, szczypiorek, pomidorki koktajlowe, herbata ziołowa, kawa zbożowa z mlekiem, woda – **1,3,7**

II śniadanie: Kaszka manna, nektarynka, woda – **1,7**

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Rosół z makaronem i warzywami, Leczo warzywne z fasolą i pieczarkami, ryż parboiled, woda mineralna – **1,9**

Wtorek

I śniadanie: Chleb graham z masłem, sałata, grzana parówka z szynki, ogórek zielony, papryka czerwona, dżem, herbata z cytryną, mleko bez laktozy, woda – **1,6,7,9**

II śniadanie: Koktajl jagodowo – bananowy, pałeczki kukurydziane, woda – **7**

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Krem z marchewki z grzankami, Klopsiki wieprzowe panierowane w sosie, ziemniaki, buraczki, woda mineralna – **1,3,9**

Środa

I śniadanie: Pieczywo mieszane z masłem, sałata, ser mozzarella, pomidor, ogórek kiszony, papryka kolorowa, dżem wiśniowy, herbata owocowa, kakao, woda – **1,7**

II śniadanie: Zapiekanek warzywno – jajeczna z żółtym serem, jabłko, woda – **3,7**

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Kapuśniak na słodkiej kapuście z kaszą na wywarze warzywnym, Gulasz drobiowy z warzywami, pyzy parowane, surówka z ogórka ze szczypiorkiem, woda mineralna – **1,3,7,9**

Czwartek

I śniadanie: Pieczywo mieszane z masłem, sałata, kiełki, ser żółty Radamer, papryka kolorowa, herbata miętowa, kawa inka z mlekiem migdałowym, woda – **1,7**

II śniadanie: Pianka z jogurtu naturalnego i galaretki, borówki, woda – **7**

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Zupa z czerwonej soczewicy z papryką, Makaron penne z sosem jogurtowym, jagodami, czarną porzeczką i płatkami owsianymi, woda mineralna – **1,7**

Piątek

I śniadanie: Pieczywo ciemne z ziarnami i masłem, sałata, twarożek śmietankowy z rzodkiewką i bazylią, ogórek zielony, woda, herbata z cytryną, bawarka – **1,7**

II śniadanie: Wafle ryżowe z masłem orzechowym, słupki marchewki, kawa zbożowa z mlekiem sojowym, woda – **5,8**

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Krupnik na kaszy jaglanej na wywarze warzywnym, Smażony filec z dorsza/mintaja w panierce, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty i marchewki, woda mineralna – **1,3,4,9**

Alergeny:

1.Zboża zawierające gluten, 2.Skorupiaki, 3.Jaja, 4.Ryby, 5.Orzechy ziemne, 6.Soja,7. Mleko i przetwory mleczne, 8.Orzechy, 9.Seler, 10. Gorczyca, 11.Sezam, 12.Dwutlenek siarki, 13. Łubin 14. Mięczaki