

31.08 – 04.09.2026 r.



Poniedziałek

I śniadanie: Pieczywo mieszane z masłem, sałata, kurczak gotowany w plastrach, ser żółty Gouda, ogórek kanapkowy, pomidor, herbata z cytryną, woda – **1,6,7,9**

II śniadanie: Budyń śmietankowy, gruszka, woda – **1,7**

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Rosół z makaronem, marchewką i pietruszką, Meksykańskie burrito z mięsem wieprzowym, kukurydzą, czerwoną fasolą i warzywami; ryż paraboliczny, woda – **1,9**

Wtorek

I śniadanie: Pieczywo mieszane z masłem, sałata, ser żółty Salami, ogórek kiszony, kawa inka z mlekiem, dżem wiśniowy, herbata, woda – **1,7**

II śniadanie: Koktajl bananowy, podkłomyki zbożowe, śliwka, woda – **1,7**

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Zupa koperkowa z warzyw korzeniowych na wywarze warzywnym, Panierowany fileć z kurczaka, ziemniaki gotowane, surówka z białej kapusty, woda – **1,3**

Środa

I śniadanie: Pieczywo mieszane z masłem, sałata, pasta z tuńczyka, ogórek zielony, dżem wiśniowy, herbata z mlekiem, woda – **1,4,7**

II śniadanie: Płatki kukurydziane z mlekiem, maliny, woda – **7**

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Krem ziemniaczano - porowy z gruszką i grzankami na wywarze warzywnym, Gulasz z czerwonej soczewicy i warzyw, kasza jęczmienna, ogórek kiszony, woda – **1**

Czwartek

I śniadanie: Pieczywo mieszane z masłem, sałata, pasta jajeczna, papryka, kawa zbożowa z mlekiem, dżem wiśniowy, ogórek kanapkowy, herbata z cytryną, woda – **1,3,7**

II śniadanie: Jogurt naturalny z płatkami owsianymi, suszona żurawina, woda – **1,7**

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Zupa Solferino z groszkiem i dynią na wywarze warzywnym, Makaron ze szpinakiem i fetą, marchewka z masłem, woda – **1,7**

Piątek

I śniadanie: Bułka graham z masłem, sałata, ser żółty Gouda, pomidor malinowy, ogórek konserwowy, kakao, woda, herbata – **1,7**

II śniadanie: Makaron z ciecierzycy z serkiem śmietankowym, seler naciowy, woda – **1**

Zdrowa przekąska: Warzywa lub owoce

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem i ziołami na wywarze warzywnym, ze śmietaną, Mintaj pieczony, ziemniaki, bukiet warzyw, sos jogurtowo-ziołowy, woda – **1,4,7**

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

Opracowanie: Iwona Małysz