09.10.2023 (poniedziałek)

Śniadanie (318kcal)

Chleb zwykły (39kcal)	1/3 kromki (15g)
Dżem wiśniowy niskosłodzony (31kcal)	1 i 1/3 łyżeczki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Owsianka (173 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,*

Obiad (509kcal)

Zupa kalafiorowa z parmezanem (183 kcal)	1 porcja
Gulasz wieprzowy (54 kcal)	1 porcja
Kasza jęczmienna (168 kcal)	1 porcja
Surówka z ogórkiem kiszonym , selerem ,kukurydzą i jogurtem naturalnym (69 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (207kcal)

Herbata malinowa (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Banan (97kcal)	3/4 sztuki (100g)
Ciastka owsiane (108kcal)	2 sztuki (24g)

ALERGENY 1,7,*

10.10.2023 (wtorek)

Śniadanie (234kcal)

Ogórek (3kcal)	1/8 sztuki (20g)
Szynka wiejska (51kcal)	1 i 1/3 plastra (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
HERBATA (6kcal)	150ml
Chleb wiejski (99kcal)	1 porcja (40g)

ALERGENY 1,7,10*

Obiad (493kcal)

Zupa ogórkowa zabielana śmietaną (65 kcal)	1 porcja
Kotlet drobiowy mielony (286 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal)	1 porcja
Marchew z groszkiem (39 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (195kcal)

Ciasto marchewkowe (133 kcal)	1 porcja
Sok jabłkowy (62kcal)	2/3 szklanki (150ml)

ALERGENY 1,7,*

11.10.2023 (środa)

Śniadanie (400kcal)

Papryka czerwona (7kcal)	1/8 sztuki (20g)
Ser gouda (80kcal)	1 i 1/4 sztuki (25g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb graham (122kcal)	1 i 2/3 kromki (50g)
KAKAO 150ML (116kcal)	150ml

ALERGENY 1,7,*

Obiad (433kcal)

Zupa pieczarkowa z kluseczkami (160 kcal)	1 porcja
Pierogi z mięsem (188 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja
Jabłko (50kcal)	1 sztuka (100g)

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (156kcal)

Kawa, napar z cukrem (33kcal)	1 szklanka (150ml)
DROŻDŻÓWKA „ CYNAMONKA" (123kcal)	50g

ALERGENY 1,7,*

12.10.2023 (czwartek)

Śniadanie (418kcal)

Herbata owocowo-ziołowa "jabłko z gruszką" Herbapol (167kcal)	1 szklanka (150ml)
Ogórek kiszony (2kcal)	1/3 sztuki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb zwykły (131kcal)	50g
Pasztet z kurczaka pieczony (43kcal)	20g

ALERGENY 1,3,7,*

Obiad (383kcal)

Zupa z fasolki szparagowej (141 kcal)	1 porcja
Schab duszony w sosie własnym (115 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal)	1 porcja
Sałata lodowa z marchewką kiełkami rzodkiewki i sosem vinegret (24 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (207kcal)

WAFELEK PODPŁOMYK 9G (35kcal)	9g
Kaszka śmietankowa - Smakija (170kcal)	1 opakowanie (130g)
Herbata ziołowa, parzona (2kcal)	1 szklanka (150ml)

ALERGENY 1,7,*

13.10.2023 (piątek)

Śniadanie (249kcal)

Kawa zbożowa anatol o smaku wanilii Rieber Foods (6kcal)	150g
Chleb zwykły (131kcal)	50g
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Pasta warzywna z rzodkiewką i szczypiorkiem (37 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,4*

Obiad (473kcal)

Zupa jarzynowa (73 kcal)	1 porcja
Ziemniaki puree (68 kcal)	1 porcja
Paluszki rybne z piekarnika (199 kcal)	1 porcja
Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem i oliwą z oliwek (98 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,9*

Podwieczorek (175kcal)

Chrupki kukurydziane (19kcal)	1 garść (5g)
Budyń z owocami (150 kcal)	1 porcja
Herbata cytrynowa (6kcal)	1 szklanka (150ml)

ALERGENY 1,7,*

16.10.2023 (poniedziałek)

Śniadanie (366kcal)

Chleb żytni (129kcal)	1 kromka (50g)
Pomidor (4kcal)	1/8 sztuki (20g)
Szynka z indyka (17kcal)	1 i 1/3 plastra (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
HERBATA (6kcal)	150ml
Zupa mleczna z grysikiem (135 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,10*

Obiad (379kcal)

Zupa ziemniaczana z pomidorami (76 kcal)	1 porcja
Pełnoziarniste spaghetti bolognese (218 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja
Nektarynka (50kcal)	1 sztuka (100g)

Podwieczorek (233kcal)

Kawa zbożowa anatol o smaku wanilii Rieber Foods (6kcal)	150g
Placek z kruszonką (227kcal)	60g

ALERGENY 1,3,7,*

17.10.2023 (wtorek)

Śniadanie (285kcal)

Chleb żytni staropolski (120kcal)	1 i 1/4 kromki (50g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM (84kcal)	20g
HERBATA (6kcal)	150ml

ALERGENY 1,3,7,*

Obiad (486kcal)

Krupnik z kaszą pęczak (243 kcal)	1 porcja
Kotlet schabowy (176 kcal)	1 porcja
Surówka z buraczkami i jabłkiem (32 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

Alergeny 1,3,7,9,*

Podwieczorek (247kcal)

Wafle ryżowe naturalne Sonko (75kcal)	20g
Sałatka warzywno - owocowa ze słonecznikiem (172 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,9*

18.10.2023 (środa)

Śniadanie (379kcal)

Kiełbaski bawarskie (253kcal)	2 sztuki (100g)
Ogórek (3kcal)	1/8 sztuki (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb graham (46kcal)	2/3 kromki (20g)
Herbata ziołowa, rumianek (2kcal)	1 szklanka (150ml)

ALERGENY 1,3,7,*

Obiad (290kcal)

Zupa meksykańska (155 kcal)	1 porcja
Pampuchy na parze z sosem owocowym (100 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (223kcal)

Kakao na mleku (139 kcal)	1 porcja
Bułeczki z dżemem (84 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,*

19.10.2023 (czwartek)

Śniadanie (301kcal)

Chleb wiejski (51kcal)	1/2 porcji (20g)
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
HERBATA (6kcal)	150ml
Pasta warzywna (167 kcal)	1 porcja
Herbata malinowa (2kcal)	1 szklanka (150ml)

ALERGENY 1,7,*

Obiad (476kcal)

Rosół drobiowy z makaronem (73 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem (68 kcal)	1 porcja
Potrawka z kurczaka z warzywami (268 kcal)	1 porcja
Mizeria z szczypiorkiem i jogurtem naturalnym (32 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (105kcal)

Mus z marchwi (21kcal)	1 i 1/4 porcji (100g)
Fit Ciasteczka Zbożowe z morelą Bez Cukru - Sante (84kcal)	1/8 opakowania (20g)

ALERGENY 1,7,*

20.10.2023 (piątek)

Śniadanie (314kcal)

Pomidor koktajlowy (3kcal)	1 sztuka (20g)
Ser cheddar (79kcal)	20g
Masło ekstra (75kcal)	2/3 porcji (10g)
Chleb graham (122kcal)	1 i 2/3 kromki (50g)
HERBATA Z MLEKIEM (35kcal)	150ml

ALERGENY 1,7,*

Obiad (505kcal)

Barszcz ukraiński (170 kcal)	1 porcja
Makaron pełnoziarnisty z białym serem , masłem i miodem (279 kcal)	1 porcja
Kompot (35 kcal)	1 porcja
Mus z marchwi (21kcal)	1 i 1/4 porcji (100g)

ALERGENY 1,3,7,9*

Podwieczorek (232kcal)

Herbata malinowa (2kcal)	1 szklanka (150ml)
Kanapka z szynką i papryką (230 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,*