

📅 03.11.2025 **Poniedziałek**

Śniadanie

Kanapka z masłem

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (z **mleka**)

Płatki jęczmienne na mleku

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

Owoce

Składniki: banan, śliwki, gruszka

Obiad

Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami

Składniki: woda, fasolka szparagowa, mrożona, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Łazanki z kapustą białą i kielbasą

Składniki: kapusta biała, makaron **pszenny** bezjajeczny, cebula, kielbasa śląska, pieczarki świeże, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Kanapka z serem i pomidorem

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, ser gouda tusty (z **mleka**), pomidor, ogórek kiszony, masło ekstra (z **mleka**)

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Jabłko

📅 04.11.2025 **Wtorek**

Śniadanie

Kanapka z szynką wieprzową i pomidorem

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

Kawa zbożowa na mleku

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

Owoce

Składniki: banan, jabłko, śliwki, gruszka

Obiad

Zupa ogórkowa na wywarze warzywnym z ryżem

Składniki: woda, ogórek kiszony, ryż biały, marchew, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ziemniaki z masłem i koperkiem

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**), koperek

Bitki schabowe w sosie cebulowym

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

Surówka z marchewki i jabłka

Składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Podwieczorek

Budyń czekoladowy

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, banan, czekolada gorzka (**soja**, **mleko**), kakao 16%, proszek, cukier, skrobia ziemniaczana

Chrupki kukurydziane

📅 05.11.2025 **Środa**

Śniadanie

Chałka z dżemem z truskawek i jabłek

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

Kakao na mleku z cukrem

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

Owoce

Składniki: banan, jabłko, marchew

Obiad

Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym z zacierką

Składniki: woda, kalafior, marchew, makaron **pszenny** dwujajeczny, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kasza jęczmienna na sypko z masłem

Składniki: woda, kasza **jęczmienna**, perłowa, masło ekstra (z **mleka**), sól biała

Gulasz wieprzowy z szynki w sosie własnym

Składniki: wieprzowina szynka surowa, woda, mąka **pszenna**, typ 450, cebula, olej rzepakowy

Ćwikła z chrzanem

Składniki: burak, chrzan tarty, cytryna

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Jogurt truskawkowy własnego wyrobu

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

Biszkopty lady fingers (**pszenica**, **jajka**)

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.**📅 06.11.2025** **Czwartek**

Śniadanie

Kanapka z twarogiem, szczypiorkiem, pomidorem ogórkiem kiszonym

Składniki: chleb **pszenny** zwykły, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), pomidor, ogórek kiszony, masło ekstra (z **mleka**), szczypiorek

Kawa zbożowa na mleku

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

Owoce

Składniki: marchew, jabłko

Obiad

Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, bukiet z jarzyn wiosennych, mrożony, marchew, śmietana 12% (z **mleka**), **seler** korzeniowy, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ryż biały, gotowany

Pieczony filet z piersi kurczaka

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, woda, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, natka pietruszki, sól biała, pieprz

Fasolka szparagowa z wody, z masłem i bułką tartą

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, bułka tarta (**pszenica**), masło ekstra (z **mleka**)

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Podwieczorek

Ciasto marchewkowe

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

Marchew

📅 07.11.2025 **Piątek**

Śniadanie

Kanapka z jajkiem, szczypiorkiem i papryką

Składniki: **jaja** kurze całe, chleb **pszenno-żytni**, papryka czerwona, masło ekstra (z **mleka**), szczypiorek

Kawa zbożowa na mleku

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

Owoce

Składniki: banan, jabłko, śliwki, gruszka

Obiad

Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem

Składniki: woda, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, śmietana 12% (z **mleka**), cebula, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ziemniaki z masłem i koperkiem

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**), koperek

Filet z miruny panierowany

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

Surówka z kapusty kiszonej z marchewką i cebulką

Składniki: kapusta kiszona, marchew, cebula, olej rzepakowy

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Podwieczorek

Kisiel jabłkowy na soku - własnego wyrobu

Składniki: sok jabłkowy 100%, woda, jabłko, skrobia ziemniaczana, sok ze świeżej cytryny, cukier

Chrupki kukurydziane