MENU 02.11-06.11.2026.

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
1. Pon.	**Zupa mleczna z ryżem parabolicznym na mleku** 120g (ryż paraboliczny 100 %, mleko 2%) **Chleb razowy** 50g (mąka żytnia, woda, mąka pszenna, sól, drożdże) **Masło śmietankowe** 5g (śmietanka) **Parówki na ciepło** 50g (mięso wp. 75%, woda, tłuszcz wieprzowy, koncentrat białka sojowego, skrobia ziemniaczana, sól, stabilizator:E331, ekstrakty przypraw) Paluch zwykła pszenna 30g (mąka pszenna, woda, drożdże, olej rzepakowe, sól, cukier, glukoza, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy) **Pomidor** 50g **Herbata** 200ml (woda, herbata owocowa malinowa, cukier) Alergeny (mleko, gluten)	**Zupa: kalafiorowa 200 ml (gotowanie)** wywar warzywny (marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, marchew, sól, pieprz ziołowy, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, ziemniaki, kalafior mrożony śmietana pasteryzowana, żywe kultury bakterii mlekowych) **II danie: Gulasz wieprzowy z warzywami 150g** (gotowanie) mięso łopatka wp. koncentrat pomidorowy, papryka słodka, cebula, marchew, pietruszka, seler, sól, pieprz ziołowy, czosnek, tymianek, oregano, olej rzepakowy, włoszczyzna mrożona, papryka mrożona trzy kolory, pieczarki **Kasza jęczmienna 100 g –** kasza jęczmienna kompot wieloowocowy 200 ml (śliwka, aronia, czerwona porzeczka, agrest, truskawka, cukier) Alergeny (seler, gluten,)	**Cynamonka** 80 g (jaja, cukier, mąka pszenna, olej rzepakowy, drożdże, woda, cynamon) Kakao na mleku 200 ml ((mleko 2%, kakao ,regul.kwas**.)** Jabłko 1 szt. Alergeny (gluten, jaja, mleko)
2. Wt.	**Kanapka: pieczywo mieszane 50g** (chleb baltonowski – woda, mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól, płatki ziemniaczane, kwas askorbinowy) chleb słonecznikowy 30g - mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól, płatki ziemniaczane, ziarno słonecznika 10%, ekstrakt słodu żytniego) **Masło 5 g** (śmietanka), **Pasztet pieczony 40 g** (mięso gotowane wieprzowe 42 %, mięso gotowane drobiowe 39%, cebula, jaja, bułka tarta, przyprawy) Ogórek 50 g **Kakao** 200 ml **(**mleko 2%, kakao ,regul.kwas**.)** Alergeny (mleko, gluten, soja)	**Zupa**: **krupnik ryżowy 200 ml (gotowanie)** wywar warzywny (marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, marchew, sól, pieprz ziołowy, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, ziemniaki, ryż paraboliczny) **II danie:** Kotlet pożarski 60 g (pieczenie) mięso mielone z kurczaka, przyprawy, papryka słodka, pieprz ziołowy, bułka tarta, jaja, czosnek granulowany, sól, olej rzepakowy) Ziemniaki z koperkiem 100 g (ziemniaki, sól) Surówka z marchewki i jabłka 100 g (marchew, jabłka, majonez (olej rzepakowy, woda, żółtko jaj, ocet spirytusowy Kompot wieloowocowy 200 ml (śliwka, aronia, czerwona porzeczka, agrest, truskawka, cukier) Alergeny (gluten, mleko ,seler)	**Jogurt owocowy** 120 g (mleko, cukier, skrobia modyfikowana, owoce 3%, białko mleka, aromat, żelatyna, żywe kultury bakterii) Ciasteczka herbatniki 40 g 1 op. (mąka pszenna, margaryna, woda, cukier, jaja) Marchewka w słupkach do pochrupania Alergeny (mleko, gluten, jaja)
3. Śr.	**Płatki kukurydziane na mleku** 120 g (płatki kukurydziane: grys kukurydziany mleko 2%) **Chleb dyniowy** 50g (mąka pszenna, woda, cukier, sól, drożdże , emulgator, dekstroza, kwas askorbinowy **Masło śmietankowe** 5g (śmietanka) **Jajecznica** 50 g (jajko, olej rzepakowy) **Papryka** 50g **Herbata** 200ml (woda, herbata owocowa malinowa, cukier) Alergeny (mleko, gluten ,jaja)	**Zupa: Grochowa** 200 ml (gotowanie**)** wywar mięsno - warzywny, kości schabowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, natka pietruszki, natka koperek, liść laurowy, ziele angielskie, groch, ziemniaki, sól, pieprz ziołowy, lubczyk, kiełbasa śląska: mięso wp. 82% **II danie: Makaron z serem i śmietaną 250 g** (ser biały półtłusty: mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii, śmietana 12%: śmietanka pasteryzowana, jogurt naturalny: mleko pasteryzowane, makaron z pszenicy durum) **Owoc sezonowy 1 szt.** **Kompot wieloowocowy** 200 ml (śliwka, aronia, czerwona porzeczka, agrest, truskawka, cukier) Alergeny (gluten, jaja, seler,)	**Kisiel owocowy 200 ml** (skrobia ziemniaczana, cukier, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), ekstrakt z czarnej marchwi i hibiskusa, wit. C, barwnik (karoteny) **Chałka** 80g (mąka pszenna, woda, drożdże, jaja, olej rzepakowy, sól, cukier, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy) Alergeny (gluten, jaja)
4. Czw.	**Bułka grahamka** 50g (woda, mąka pszenna graham, sól, drożdże) **Masło śmietankowe** 5g (śmietanka) **Polędwica z indyka** 40g (Filet z indyka 92%, skrobia ziemniaczana, sól, białko indycze, glukoza, cukier, warzywa suszone, przyprawy i ekstrakty przypraw, aromaty, przeciwutleniacz- askorbinian sodu, substancja konserwująca- azotyn sodu. **Ogórek** 50g **Herbata malinowa** 200ml (woda, herbata malinowa, cukier) Alergeny (gluten)	**Zupa: warzywna z soczewicą 200 ml (gotowanie)** wywar warzywny, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń,, ziemniaki, soczewica czerwona ,czosnek granulowany, pieprz ziołowy, papryka słodka, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pulpa pomidorowa) **II danie Kasza Kuskus z warzywami z burgerem szpinakowym (pieczenie)** 120g **Kasza kuskus** 100 g (kasza kuskus, woda, ,sól, mix papryka, fasola czerwona, marchew, seler, pietruszka) **Burger szpinakowy 60 g** (szpinak 29%, ziemniaki 20%, mąka pszenna durum, mąka pszenna, czerwona papryka, cebula, olej rzepakowy, woda, czosnek 2%, skrobia	**Pudding czekoladowy 175 g** (serwatka, śmietanka 11%, mleko odtłuszczone, cukier, skrobia modyfikowana, skrobia, tłuszcz roślinny (palmowy, kokosowy), syrop glukozowy, żelatyna, kakao w proszku (1,1%0 Wafle kukurydziane 2 szt. (kukurydza, grys kukurydziany) Śliwka 1 szt. Alergeny (gluten, mleko)

		ziemniaczana, bazylia) Kompot wieloowocowy 200 ml (śliwka, aronia, czerwona porzeczka, agrest, truskawka, cukier) Alergeny (gluten, mleko, seler)	
5. Pt.	**Płatki jaglane na mleku** (płatki jaglane mleko 2%) **Bułka zwykła** 30g (mąka pszenna, woda, cukier, sól, drożdże , emulgator, dekstroza, kwas askorbinowy **Masło śmietankowe** 5g (śmietanka) **Twarożek ze szczypiorkiem, rzodkiewka** 40g (mleko pasteryzowane, sól, kultury bakterii mlekowych, śmietana 12% skład: (śmietanka pasteryzowana, substancja zagęszczająca : mączka chleba świętojańskiego) **Pomidor** 50g **Herbata** 200ml (woda, herbata owocowa malinowa, cukier) Alergeny (mleko, gluten)	**Zupa: pomidorowa z makaronem 200 ml (gotowanie)** wywar warzywny (marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, cebula, marchew, koncentrat pomidorowy, pulpa pomidorowa, sól, pieprz ziołowy, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, makaron : semolina z pszenicy durum), śmietana pasteryzowana, żywe kultury bakterii mlekowych) **II danie: Filet z ryby panierowany** 60g (filet z mintaja 65 %, panierka : mąka pszenna, olej rzepakowy, sól, czosnek granulowany, pieprz,) Ziemniaki z koperkiem 100 g (ziemniaki, sól, natka koperek) Surówka z kapusty z ogórkiem świeżym, natka koperek 100g (kapusta, ogórek świeży, koperek natka, sok z cytryny, sól, pieprz, olej rzepakowy) Kompot wieloowocowy 200 ml (śliwka, aronia, czerwona porzeczka, agrest, truskawka, cukier) Alergeny (gluten, seler, mleko, ryba)	**Knedle z morelami** (ziemniaki 52%, morele 20%, skrobia ziemniaczana, mąka pszenna, pasteryzowane jaja płynne z chowu ściółkowego) **3 szt.** **Soczek owocowy 200 ml** Alergeny (gluten, jaja)

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez podkreślenie.

Ogólny wykaz alergenów
Zboża zawierające gluten
Skorupiaki i produkty pochodne
Jaja i produkty pochodne
Ryby produkty pochodne
Orzechy arachidowe i produkty pochodne
Soja i produkty pochodne
Mleko i produkty pochodne
Orzechy tj, migdał, laskowe, włoskie, nerkowca, brazylijskie, pistacjowe, makadamia i pochodne produkty
Seler i produkty pochodne'
Nasiona sezamu i produkty pochodne
Dwutlenek siarki i siarczany
Łubin i produkty pochodne
Mięczaki i produkty pochodne
Gorczyca i produkty pochodne

Smacznego!