

|                                          | OBIAD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>PONIEDZIAŁEK</b><br><b>19.10.2026</b> | <p><b>Zupa brokułowa na wywarze warzywnym z ziemniakami zabelana jogurtem 350ml /</b><br/> marchew, brokuł pietruszka, seler (9), ziemniaki, sól, natka, jogurt (7)<br/> Makaron z sosem pomidorowym z soczewicą 400g/ makaron(1A,3),soczewica, marchew, cebula, papryka, czosnek, bazylia, majeranek, sól, pieprz<br/> Woda z cytryną 200 ml</p> <p><i>Danie duszone</i></p>                                                                                                                         |
| <b>WTOREK</b><br><b>20.10.2026</b>       | <p>Kapuśniak z kiszonej kapusty na wywarze mięsno - warzywnym z natką pietruszki 350ml/ ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, pietruszka, seler (9), cebula, liść laurowy, ziele angielskie , kminek, sól, pieprz<br/> Gulasz wieprzowy w sosie własnym 150g /mięso wieprzowe, cebula, mąka pszenna (1A), papryka słodka, sól, czosnek, kurkuma,<br/> Placki ziemniaczane 250g<br/> cząstki ogórka kiszzonego 80g<br/> Kompot z owoców sezonowych 200 ml</p> <p><i>Danie duszone/danie smażone</i></p> |
| <b>ŚRODA</b><br><b>21.10.2026</b>        | <p>Krem z białych warzyw z pestkami słonecznika na wywarze warzywnym 350ml/ kalafior, ziemniaki, pietruszka, seler(9), cebula,<br/> Kotlet mielony 150g/ mięso wieprzowe, cebula, bułka tarta (1AB), jajko (3), sól, pieprz, majeranek<br/> kasza gryczana 200g<br/> surówka z białej rzodkwi z jogurtem naturalnym (7) i sokiem z cytryny 80g<br/> Woda z cytryną 200 ml</p> <p><i>Danie z pieca konwekcyjno- parowego</i></p>                                                                       |
| <b>CZWARTEK</b><br><b>22.10.2026</b>     | <p>Zupa Minestrone 350ml/ bulion warzywno mięsny, pulpa pomidorowa, fasola, cebula, marchew, seler (9), kapusta biała, fasolka szparagowa,<br/> makaron(1A,3) czosnek, liść laurowy, oregano, tymianek, pieprz, natka pietruszki<br/> Sos brokułowy 200ml/ brokuły, cebula, czosnek, olej, jogurt naturalny(7), sól, pieprz<br/> Ryż 200 g<br/> Marchew do chrupania<br/> Kompot z owoców sezonowych 200 ml</p> <p><i>Danie gotowane</i></p>                                                          |
| <b>PIĄTEK</b><br><b>23.10.2026</b>       | <p>Zupa pomidorowa z lanymi kluseczkami zabelana jogurtem 350ml / wywar mięsno warzywny, marchew, pietruszka, seler(9),natka pietruszki, por, przecier<br/> pomidorowy, pomidor, mąka pszenna (1A) jajko(3), sól, jogurt naturalny (7)</p>                                                                                                                                                                                                                                                            |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | Paluszki rybne 150g/ dorsz (4) jajko(3) mąka pszenna (1A), bułka tarta (1AB), oliwa, zioła prowansalskie<br>Ziemniaki 200g<br>surówka colesław 80g/ kapusta biała, marchew, cebula, jogurt naturalny (7), sok z cytryny, natka pietruszki, sól, pieprz<br>Woda z cytryną 200 ml |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Danie z pieca konwekcyjno parowego

Alergeny: **1**- zboża zawierające gluten **A** pszenica, **B** żyto, **C** jęczmień, **D** owies, **E** orkisz, **2** – skorupiaki i produkty pochodne, **3**- jaja i produkty pochodne, **4**- ryby i produkty pochodne, **5**- orzeszki ziemne i produkty pochodne, **6** - soja i jej pochodne z wyjątkiem oleju i tłuszczu sojowego, **7**- mleko i produkty pochodne, **8**- orzechy (migdały, laskowe, włoskie, nerkowca, pistacje), **9**- seler i produkty pochodne, **10**- gorczyca i produkty pochodne, **11**- nasiona sezamu i produkty pochodne, **12**- dwutlenek siarki i siarczany, **13**- łubin i produkty pochodne **14**- mięczaki i produkty pochodne. Kompoty dosładzane są cukrem 5g na 200ml. Napoje nie zawierają nie więcej niż 10g cukru w gotowym produkcie do spożycia 250ml.

**JADŁOSPIS MOŻE ULEC ZMIANIE**