

PONIEDZIAŁEK 14.09.2026

178 kcal ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI

SKŁADNIKI: woda, ziemniaki, ogórki kiszzone(ogórki, sól, koper, chrzan, czosnek, pieprz), marchewka, kurczak, pietruszka, seler, mąka pszenna, por, śmietana(śmietanka) pasteryzowana, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej oraz *L.acidophilus* i *Bifidobacterium*), koperek, sól, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz

460 kcal RYŻ Z MUSEM OWOCOWYM I JOGURTEM NATURALNYM

SKŁADNIKI : ryż, maliny, jagody, jogurt naturalny(mleko pasteryzowane), odtłuszczone mleko w proszku, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz *L.acidophilus* i *Bifidobacterium*) cukier

MIĘTA

SKŁADNIKI : woda, mięta, miód

WTOREK 15.09.2026

178 kcal ROSÓŁ DROBIOWO-WOŁOWY Z MAKARONEM

SKŁADNIKI: woda, kurczak, wołowina, makaron (kasza pszenna makaronowa, semolina (kaszka z pszenicy durum), masa jajowa pasteryzowana chłodzona, woda), marchewka, pietruszka, seler, kapusta włoska, cebula, por, sól, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz

260 kcal UDKO Z KURCZAKA DUSZONE

SKŁADNIKI: podudzie z kurczaka, papryka czerwona w proszku, sól, majeranek, czosnek, pieprz, olej rzepakowy

156 kcal ZIEMNIAKI

SKŁADNIKI: ziemniaki, sól

96 kcal MARCHEWKA GOTOWANA MINI

SKŁADNIKI: marchewka

WODA Z CYTRYNĄ

SKŁADNIKI: woda, cytryny, cukier

ŚRODA 16.09.2026

178 kcal ZUPA Z CZERWONEJ SOCZEWICY

SKŁADNIKI: woda, ziemniaki, soczewica czerwona, marchewka, pietruszka, seler, koperek, sól, curry, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz

260 kcal ŁOPATKA DUSZONA Z CEBULĄ

SKŁADNIKI: łopatka wieprzowa, cebula, olej rzepakowy, czosnek, papryka czerwona w proszku, sól, pieprz

156 kcal KASZA PĘCZAK

SKŁADNIKI: kasza peczak, sól

96 kcal SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ

SKŁADNIKI: kapusta pekińska, marchewka, por, olej, cukier, sól, pieprz

KOMPOT OWOCOWY

SKŁADNIKI: woda, czarna porzeczka, miód

CZWARTEK 17.09.2026

178 kcal ZUPA Z FASOLKI SZPARAGOWEJ

SKŁADNIKI: woda, ziemniaki, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, seler, mąka pszenna, por, śmietana(śmietanka) pasteryzowana, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej oraz *L.acidophilus* i *Bifidobacterium*), koperek, natka pietruszki, sól, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz

460 kcal NALEŚNIKI Z BIAŁYM SEREM

SKŁADNIKI : ser twarogowy (mleko, kultury bakterii), mąka pszenna, mleko, jajka, cukier, olej rzepakowy

KOMPOT OWOCOWY

SKŁADNIKI: woda ,truskawki, miód

PIĄTEK 18.09.2026

175 kcal ZUPA RYBNA

SKŁADNIKI: woda, ziemniaki, morszczuk, papryka czerwona, marchewka, pietruszka, seler, przecier pomidorowy(pomidory, sól, kwasek cytrynowy), olej rzepakowy, mąka pszenna, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz

260 kcal JAJKO SADZONE

SKŁADNIKI: jajka, olej rzepakowy, sól, pieprz

156 kcal ZIEMNIAKI

SKŁADNIKI: ziemniaki, sól

96 kcal BRUKSELKA

SKŁADNIKI: brukselka

KOMPOT OWOCOWY

SKŁADNIKI: woda, mix owoców, cukier