PONIEDZIAŁEK 16.11.2026r.

175 kcal **ZUPA CHRZANOWA Z JAJKIEM I KIEŁBASĄ**

SKŁADNIKI: woda, ziemniaki, kiełbasa biała(mięso wieprzowe 92%, woda, sól, glukoza, regulator kwasowości: mleczan potasu, stabilizator: cytrynian sodu, hydrolizowane białko ***sojowe***, ekstrakt drożdży, czosnek w płynie),chrzan tarty(korzeń chrzanu 65%, woda, ocet spirytusowy, olej rzepakowy, cukier, sól, mleko w proszku odtłuszczone, regulator kwasowości, słodka serwatka w proszku, substancja zagęszczająca, białka mleka, przeciwutleniacz), marchewka, ***jajka, śmietana(śmietanka pasteryzowana***, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej oraz L.acidophilus i Bifidobacterium), pietruszka, ***seler***, majeranek, sól, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz

460 kcal **NALEŚNIKI Z BIAŁYM SEREM I BRZOSKWINIAMI**

SKŁADNIKI : ser twarogowy (***mleko***, kultury bakterii),serek mascarpone*,(****śmietanka pasteryzowana****, regulator kwasowości:kwas cytrynowy, kultury bakterii*) mąka ***pszenna***, ***mleko***, ***jajka***, brzoskwinie, cukier, olej rzepakowy

MIĘTA

SKŁADNIKI: mięta, cukier

WTOREK 17.11.2026r

178 kcal **ZUPA ZIEMNIACZANA**

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

260 kcal **GULASZ WIEPRZOWY**

SKŁADNIKI: mięso wieprzowe, woda, cebula, mąka ***pszenna*** , papryka w proszku, pieprz, majeranek

156 kcal **KASZA GRYCZANA**

SKŁADNIKI: kasza ***gryczana***, sól

260 kcal **BURACZKI NA CIEPŁO**

SKŁADNIKI: buraki czerwone, cukier, cytryny, sól, pieprz

MIĘTA Z CYTRYNĄ

SKŁADNIKI: woda , mięta, cytryny, miód

ŚRODA 18.11.2026r

178 kcal **ZUPA MEKSYKAŃSKA**

SKŁADNIKI: woda, mięso wieprzowe mielone, cebula, papryka, kukurydza, czerwona fasola, marchewka, pomidory, czosnek, olej rzepakowy

260 kcal **JAJKO W SOSIE KOPERKOWYM**

SKŁADNIKI: ***jajka***, woda, koperek, mąka ryżowa, ***śmietana(śmietanka*** *pasteryzowana,* żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej oraz L.acidophilus i Bifidobacterium), sól, pieprz

156 kcal **ZIEMNIAKI**

SKŁADNIKI: ziemniaki, sól

96 kcal **FASOLKA SZPARAGOWA**

SKLADNIKI: fasolka szparagowa

KOMPOT OWOCOWY

SKŁADNIKI: woda ,truskawki, aronia, jabłka, czerwona porzeczka, agrest, cukier

CZWARTEK 19.11.2026

178 kcal **ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI**

SKŁADNIKI: woda, ziemniaki, ogórki kiszone(ogórki, sól, koper, chrzan, czosnek, pieprz), marchewka, ***masło***, 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

230 kcal **KOTLET Z FASOLI JAŚ**

SKŁADNIKI: fasola jaś, marchew, cebula, czosnek, kasza manna, bułka tarta(***mąka pszenna***, cukier, sól, woda, drożdże piekarskie, ***mąka sojowa, mąka ze słodu jęczmiennego***, środek do przetwarzania mąki kwas askorbinowy,L-cysteina, enzymy), olej rzepakowy, sól, pieprz,

96 kcal **MIX SAŁAT Z WARZYWAMI**

SKŁADNIKI: sałata, pomidor, ogórek zielony, papryka, kukurydza, olej, sól, pieprz

KOMPOT OWOCOWY

SKŁADNIKI: woda, maliny, wiśnie, cukier

PIĄTEK 20.11.2026r

175 kcal **ZUPA RYBNA**

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

SKŁADNIKI: woda ,truskawki, aronia, jabłka, czerwona porzeczka, agrest, miód

460 kcal **PRAŻOKI**

SKŁADNIKI: ziemniaki, mąka ***pszenna***, cebula, olej rzepakowy, sól

96 kcal **KAPUSTA ZABIELANA**

SKŁADNIKI: kapusta kiszona (kapusta biała, sól, przyprawy), mąka ***pszenna***, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól

KOMPOT OWOCOWY

SKŁADNIKI: woda ,truskawki, miód