

PONIEDZIAŁEK 26.10.2026

178 kcal ZALEWAJKA NA BIAŁEJ KIELBASIE

SKŁADNIKI: woda, kielbasa biała(mięso wieprzowe 92%, woda, sól, glukoza, regulator kwasowości: mleczan potasu, stabilizator: cytrynian sodu, hydrolizowane białko sojowe, ekstrakt drożdży, czosnek w płynie), barszcz biały(mąka żytnia, woda, czosnek), cebula, śmietana/śmietanka pasteryzowana, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej oraz L.acidophilus i Bifidobacterium), czosnek, sól, majeranek, pieprz

460 kcal MAKARON Z SEREM I JOGURTEM

SKŁADNIKI :ser biały, makaron(mąka pszenna, jajka, woda, kurkuma, sól, witamina a), jogurt naturalny(mleko pasteryzowane, odtuszczone mleko w proszku, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych oraz L.acidophilus i Bifidobacterium), cukier, cynamon

WODA Z CYTRYNĄ

SKŁADNIKI: woda ,cytryny, miód

OWOC: JABŁKO

WTOREK 27.10.2025

175 kcal KRUPNIK Z KASZY MANNY

SKŁADNIKI: woda, marchewka, kasza manna, kurczak, pietruszka, seler, por, natka pietruszki, koperek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz

260 kcal FILET Z INDYKA PANIEROWANY

SKŁADNIKI: filet z indyka, bułka tarta(mąka pszenna, cukier, sól, woda, drożdże piekarskie, mąka sojowa, mąka ze słodu jęczmiennego, środek do przetwarzania mąki kwas askorbinowy,L-cysteina, enzymy), jajka, olej rzepakowy , sól, pieprz

156 kcal ZIEMNIAKI

SKŁADNIKI: ziemniaki, sól

96 kcal MIZERIA

SKŁADNIKI: ogórki zielone, śmietana(śmietanka pasteryzowana, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej oraz L.acidophilus i Bifidobacterium), cukier, cytryny

KOMPOT OWOCOWY

SKŁADNIKI : woda, truskawki, agrest, cukier

ŚRODA 28.10.2025

178 kcal BARSZCZ UKRAIŃSKI Z FASOLĄ JAŚ

SKŁADNIKI: woda, ziemniaki, buraki czerwone, fasola jaś, kapusta biała, marchewka, pietruszka, seler, por, cytryny, koperek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz

260 kcal POTRAWKA Z KURCZAKA

SKŁADNIKI: kurczak, marchewka, groszek zielony, mąka pszenna, koperek, natka pietruszki, papryka czerwona w proszku, sól, pieprz

156 kcal RYŻ PARABOLICZNY

SKŁADNIKI: ryż paraboliczny, sól

KOMPOT OWOCOWY

SKŁADNIKI: woda, malina, jeżyna, jagoda, miód

CZWARTEK 29.10.2025

175 kcal ZUPA KOPERKOWA Z ZACIERKAMI

SKŁADNIKI: woda, zacierka, (kasza pszenna makaronowa, semolina (kasza z pszenicy durum), masa jajowa pasteryzowana chłodzona, woda), marchewka, pietruszka, seler, koperek, por, sól, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz

460 kcal PLACKI ZIEMNIACZANE

SKŁADNIKI: ziemniaki, mąka pszenna, jajka, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól, pieprz

SOK OWOCOWY

SKŁADNIKI: pomarańcza, jabłko, mango

PIĄTEK 30.10.2025

178 kcal ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM

SKŁADNIKI: woda, makaron (kasza pszenna makaronowa, semolina (kasza z pszenicy durum), masa jajowa pasteryzowana chłodzona, woda), kurczak, pomidory, marchewka , pietruszka, seler, por , śmietana(śmietanka pasteryzowana, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej oraz L.acidophilus i Bifidobacterium) koperek, natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz

360 kcal ŚLEDŹ W ŚMIETANIE

SKŁADNIKI: śledź, cebula, jabłka, ogórki konserwowe (ogórki, woda, ocet spirytusowy, cukier, sól, przyprawy) groszek konserwowy, śmietana(śmietanka pasteryzowana, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej oraz L.acidophilus i Bifidobacterium)

156 kcal ZIEMNIAKI

SKŁADNIKI: ziemniaki, sól

KOMPOT OWOCOWY

SKŁADNIKI: woda, maliny, jabłko, cukier

