

## Poniedziałek 02.10.2023

1. **ZUPA KALAFIOROWA** na mięsie drobiowym składniki: Ziemniaki średnio , Marchew , Kalafior , Pietruszka korzeń ,skrzydła z indyka, **Śmietana 18% tłuszczu** , **Seler korzeniowy**, Por , Cebula , Koper ogrodowy , wegeta natur,
2. **MAKARON PEŁNOZIARNISTY Z KURCZAKIEM , SZPINAKIEM I SERKIEM MASCARPONE 300.00g** składniki: **Makaron pełnoziarnisty jajeczny** , Szpinak mrożony , **Mascarpone ser śmietankowo-kremowy** , Mięso z piersi kurczaka bez skóry , Czosnek , Pieprz czarny MIELONY, Czosnek granulowany
3. **KOMPOT** z owoców mieszanych słodzony 2016 250.00g składniki: Woda wodociągowa mieszanka kopmotowa wieloowocowa , Cukier
4. **GRUSZKA**

## Wtorek 03.10.2023

1. **ZUPA GULASZOWA 350.00g** składniki:szynka, Ogórek kwaszony Ziemniaki średnio , Marchew , Pietruszka korzeń , pieczarka, papryka, **Seler korzeniowy** , Cebula ,przecier pomidorowy
2. **MAKARON Z BIAŁYM SEREM , JOGURTEM I TRUSKAWKAMI 200.00g** składniki: **Makaron jajeczny**, **Ser twarogowy chudy** , **Jogurt naturalny typ grecki S** , **truskawki**
3. **KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH SŁODZONY 250.00g** składniki: Woda wodociągowa , mieszanka kompotowa wieloowocowa, Cukier
4. **SAŁATKA OWOCOWA**

## Środa 04.10.2023

1. **KRUPNIK JĘCZMIENNY NA MIĘSIE DROBIOWYM 350.00g** składniki: Marchew , **Kasza jęczmienna perłowa** , Ziemniaki średnio Pietruszka korzeń , Koper ogrodowy , skrzydła z indyka, **Seler korzeniowy** , Cebula , Por
2. **KOTLET MIELONY 100.00g** składniki: szynka wp., **Jaja kurze całe** , **Bułka tarta** , **bułka pszenna**, Cebula , Pieprz czarny MIELONY , Sól spożywcza , Czosnek granulowany
3. **ZIEMNIAKI 200.00g**
4. **BURACZKI ZASMAZANE 120g**składniki: buraczki, jabłko, olej rzepakowy
5. **KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH SŁODZONY 250.00g** składniki: Woda wodociągowa , mieszanka kompotowa wieloowocowa, Cukier

## Czwartek 05.10.2023

1. **ZUPA ZACIERKOWA 350.00g** składniki: , Marchew , **skrzydła z indyka**, **Zacierka jajeczna** , Pietruszka korzeń ,**śmietana** , Por , Cebula , Pietruszka liście , Tymianek , Majeranek suszony , Liść laurowy , Ziele angielskie , Pieprz czarny MIELONY
2. **LECZO Z KIEŁBASĄ 130G** składniki: kiełbasa mazowiecka, pieczarki, cukinia, cebula, przecier pomidorowy, przyprawy
3. **RYŻ**
4. **KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH SŁODZONY 250.00g** składniki: Woda wodociągowa , mieszanka kompotowa wieloowocowa, Cukier
5. **JABŁKO**

## Piątek 06.10.2023

1. **ZUPA JARZYNOWA 350.00g** składniki: Ziemniaki , mieszanka bukiet warzyw, Marchew **Seler korzeniowy** , Pietruszka korzeń , Por , skrzydła z indyka, **Śmietana 18% tłuszczu** , Pietruszka liście
2. **RYBA PO GRECKU 120.00g** **miruna** bez skóry , olej rzepakowy, marchew, **seler**, pietruszka, por, przecier pomidorowy, **masło**,
3. **ZIEMNIAKI 200.00g**
4. **KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH SŁODZONY 250.00g** składniki: Woda wodociągowa, mieszanka kompotowa wieloowocowa, Cukier

## PONIEDZIAŁEK 09.10.2023

1. **ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI 300.00g** składniki: Ziemniaki średnio , Brokuły , skrzydła z indyka, Marchew , Pietruszka korzeń , **Seler korzeniowy** , Por , Pieprz czarny MIELONY , wegeta natur
2. **GULASZ Z INDYKA 150.00g** składniki: Mięso z piersi indyka. bez skóry , Cebula , **Mąka pszenna typ 500** , Papryka czerwona mielona SŁODKA , czosnek granulowany,
3. Kasza gryczana prażona 60.00g
4. **SURÓWKA Z OGÓRKÓW KISZONYCH 120.00g** składniki: Ogórek kwaszony , Cebula , Olej rzepakowy uniwersalny , **Musztarda** , Pieprz czarny MIELONY
5. **KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH SŁODZONY 250.00g** składniki: Woda wodociągowa ,mieszanka wieloowocowa, Cukier
6. **BRZOSKWINIA**

## WTOREK 10.10.2023

1. **ZUPA FASOLOWA 350.00g** składniki: fasola, skrzydła z indyka , Marchew , Pietruszka korzeń , **Seler korzeniowy** , Por , śmietana 18% , Czosnek , Pieprz czarny MIELONY ,wegeta natur
2. **PULPETY WIEPRZOWE W SOSIE PIECZARKOWYM 120.00g** składniki: Wieprzowina szynka surowa , **Bułki wrocławskie** , serek mascarpone, Cebula , **Jaja kurze całe** , **Mąka pszenna typ 500** , pieczarki , sól , papryka słodka, czosnek granulowany,
3. **ZIEMNIAKI 150.00g**
4. **SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY 120.00g** składniki:kapusta czerwona, marchew, jabłko, por, kukurydza konserwowa, cukier, sól , **jogurt grecki, musztarda**
5. **SOK 100%**

## ŚRODA 11.10,2023

1. **ROSÓŁ Z MAKARONEM 300.00g** składniki: Kurczak tuszka , Marchew , **Makaron dwujajeczny** , Pietruszka korzeń , **Seler korzeniowy** , Cebula , Por , Pieprz czarny MIELONY , wegeta natur,
2. **KOTLET SCHABOWY PANIEROWANY 100.00g** składniki: Wieprzowina schab surowy z kością , Olej rzepakowy uniwersalny , **Bułka tarta** , **Jaja kurze całe** , **Mąka pszenna typ 500** Sól spożywcza , Pieprz czarny MIELONY , papryka słodka, czosnek granulowany
3. **ZIEMNIAKI 150.00g**
4. **SALAATA Z SOSEM JOGURTOWYM 120.00g** składniki:sałata lodowa, **jogurt grecki**, przyprawy
5. **KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH SŁODZONY 250g** składniki: woda wodociągowa, mieszanka kompotowa wieloowocowa, cukier

## CZWARTEK 12.10.2023

1. **ZUPA GROCHOWA Z KIEŁBASĄ 350.00g** składniki: Ziemniaki średnio , **Seler korzeniowy** , **kiełbasa z szynki** Marchew , Groch nasiona suche , Pietruszka korzeń, Cebula , Por , Pieprz czarny MIELONY , wegeta natur
2. **PIEROGI Z SEREM TWAROGOWYM 160.00g** składniki: **Ser twarogowy tłusty** , **Mąka pszenna typ 500** , Cukier , Olej rzepakowy uniwersalny , **Żółtka jaja kurzego** , **Jaja kurze całe**
3. **JOGURT NATURALNY TYPU GRECKIEGO Z TRUSKAWKAMI 30.00g** mleko, truskawki mrożone
4. **KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH SŁODZONY 250.00g** składniki: Woda wodociągowa mieszanka kompotowa wieloowocowa, Cukier
- 5.

## PIĄTEK 13.10.2023

## DZIEŃ WOLNY

<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>02.10.2023</b>	<b>WTOREK</b> <b>03.10.2023</b>	<b>ŚRODA</b> <b>04.10.2023</b>	<b>CZWARTEK</b> <b>05.10.2023</b>	<b>PIĄTEK</b> <b>06.10.2023</b>
<b>ŚNIADANIE</b> KASZA MANNA NA MLEKU, PIECZYWO PSZENNE, PIECZYWO ŻYTNIE, MASŁO, SZYNKA, POMIDOR , SZCZYPIOREK, HERBATA	<b>ŚNIADANIE</b> BUŁKA PSZENNA, MASŁO ,SCHAB PIECZONY,PAPRYKA, POMIDOR, RUKOLA KAKAO	<b>ŚNIADANIE</b> OWSIANKA NA MLEKU Z OWOCAMI, BUŁKA PSZENNA, MASŁO, SZYNKA MAĆKOWA, OGÓREK, HERBATA	<b>ŚNIADANIE</b> BUŁKA ALPEJSKA , MASŁO , PASTA Z SERKA I SZYNKI , RZODKIEWKA, OGÓREK , SZCZYPIOREK , HERBATA Z MIODEM	<b>ŚNIADANIE</b> PIECZYWO PSZENNE, PIECZYWO ŻYTNIE , MASŁO, SER ŻÓŁTY, POMIDOR, SZCZYPIOREK, RZODKIEWKA , KAKAO
<b>ALERGENY gluten, mleko,</b>	<b>ALERGENY gluten, mleko</b>	<b>ALERGENY gluten, mleko</b>	<b>ALERGENY gluten, mleko,</b>	<b>ALERGENY gluten, mleko</b>
<b>OBIAD</b> ZUPA KALAFIOROWA MAKARON PEŁNOZIARNISTY Z KURCZAKIEM , SZPINAKIEM I SERKIEM MASCARPONE KOMPOT,	<b>OBIAD</b> ZUPA GULASZOWA MAKARON Z BIAŁYM SEREM POLEWA JOGURTOWO- TRUSKAWKOWA	<b>OBIAD</b> KRUPNIK JĘCZMIENNY KOTLET MIELONY, ZIEMNIAKI, BURACZKI ZASMAŻANE, KOMPOT	<b>OBIAD</b> ZUPA ZACIERKOWA Z ZIELENINĄ LECZO Z KIEŁBASĄ, RYŻ, KOMPOT JABŁKO	<b>OBIAD</b> ZUPA JARZYNOWA RYBA SMAŻONA, ZIEMNIAKI, SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ KOMPOT
<b>ALERGENY gluten, mleko, seler</b>	<b>ALERGENY gluten, jaja, mleko, seler</b>	<b>ALERGENY gluten, jaja, mleko, seler</b>	<b>ALERGENY gluten, mleko, seler</b>	<b>ALERGENY gluten , jaja, ryba, mleko, seler</b>
<b>PODWIECZOREK</b> CHAŁKA Z TWAROŻKIEM WANILIOWYM, KAKAO	<b>PODWIECZOREK</b> SAŁATKA OWOCOWA HERBATNIKI	<b>PODWIECZOREK</b> KISIEL OWOCOWY CHRUPKI KUKURYDZIANE	<b>PODWIECZOREK</b> BUDYŃ Z MUSEM TRUSKAWKOWYM	<b>PODWIECZOREK</b> ROGALIK Z KONFITURĄ, KAKAO
<b>ALERGENY gluten , jaja, mleko</b>	<b>ALERGENY gluten, mleko</b>	<b>ALERGENY mleko</b>	<b>ALERGENY gluten, jaja, mleko</b>	<b>ALERGENY gluten, jaja, mleko</b>

<b>PONIEDZIAŁEK</b> <b>09.10.2023</b>	<b>WTOREK</b> <b>10.10.2023</b>	<b>ŚRODA</b> <b>11.10.2023</b>	<b>CZWARTEK</b> <b>12.10.2023</b>	<b>PIĄTEK</b> <b>13.10.2023</b>
<b>ŚNIADANIE</b> KASZA MANNA NA MLEKU,PIECZYWO PSZENNE, PIECZYWO ŻYTNIE,MASŁO,SZYNKA Z INDYKA, POMIDOR, OGÓREK, HERBATA	<b>ŚNIADANIE</b> ,BUŁKA ALPEJSKA, MASŁO, SEREK ŚMIETANKOWY ZE SZCZYPIORKIEM, RZODKIEWKA,OGÓREK KAKAO	<b>ŚNIADANIE</b> PŁATKI RYŻOWE Z MLEKIEM, BUŁKA PSZENNA, DŻEM TRUSKAWKOWY, HERBATA Z CYTRYNĄ	<b>ŚNIADANIE</b> BUŁKA GRAHAMKA, MASŁO, PASTA Z KURCZAKA Z JAJKIEM I SZCZYPIORKIEM, OGÓREK KISZONY, PAPRYKA, KAWA INKA	<b>ŚNIADANIE</b> PIECZYWO PSZENNE, PIECZYWO ŻYTNIE , MASŁO,PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM, OGÓREK, RZODKIEWKA,PAPRYKA,KAKAO
<b>ALERGENY gluten,mleko,</b>	<b>ALERGENY gluten, mleko</b>	<b>ALERGENY gluten, mleko</b>	<b>ALERGENY gluten, mleko,</b>	<b>ALERGENY gluten, mleko</b>
<b>OBIAD</b> ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI, GULASZ Z INDYKA, KASZA GRYCZANA, OGÓREK KISZONY Z CEBULKĄ KOMPOT, BRZOSKWINIA	<b>OBIAD</b> ZUPA FASOLOWA, PULPETY W SOSIE PIECZARKOWYM,ZIEMNIAKI, SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY, SOK 100%	<b>OBIAD</b> ROSÓŁ Z MAKARONEM KOTLET SCHABOWY, ZIEMNIAKI, SAŁATA Z SOSEM JOGURTOWYM,KOMPOT	<b>OBIAD</b> ZUPA GROCHOWA Z KIEŁBASĄ PIEROGI Z SEREM , POLEWA JOGURTOWA Z TRUSKAWKAMI KOMPOT	<b>OBIAD</b> ZUPA KOPERKOWA RYBA PO GRECKU,ZIEMNIAKI ,KOMPOT
<b>ALERGENY gluten, mleko, seler</b>	<b>ALERGENY gluten, jaja, mleko, seler</b>	<b>ALERGENY gluten,jaja, mleko, seler</b>	<b>ALERGENY gluten, jaja,mleko, seler</b>	<b>ALERGENY gluten , jaja, ryba, mleko, seler</b>
<b>PODWIECZOREK</b> CHAŁKA Z TWAROŻKIEM ,MIODEM I MIGDAŁAMI KAKAO	<b>PODWIECZOREK</b> KOKTAJL BANANOWY, CHRUPKI KUKURYDZIANE	<b>PODWIECZOREK</b>  KAKAO JABŁKO DO CHRUPANIA	<b>PODWIECZORE</b> TOSTY Z SEREM,I PIMIDOREM KETCHUP KAKAO	<b>PODWIECZOREK</b> JOGURT Z GRANOLĄ OWOCOWĄ I BRZOSKWINIĄ
<b>ALERGENY gluten , jaja, mleko</b>	<b>ALERGENY gluten, mleko</b>	<b>ALERGENYgluten ,jaja,mleko</b>	<b>ALERGENY gluten,jaja, mleko</b>	<b>ALERGENY gluten, jaja, mleko</b>