

| DATA                       | ŚNIADANIE                                                                                                                                                                                                                               | ZUPA +PODWIECZOREK                                                                                                                                                                                                                           | DRUGIE DANIE                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 19.10.2026<br>Poniedziałek | Kasza manna na mleku/ <b>7</b> / chleb słonecznikowy z masłem/ <b>1,7</b> /, kiełbasa krakowska sucha, jajo/ <b>3</b> /, ser kozi/ <b>7</b> / sałata lodowa, papryka kolorowa, ogórek kiszony, herbata z lipy                           | Brokułowa z ziemniakami na wywarze warzywnym <b>/9/</b> z dodatkiem natki pietruszki, mus jabłkowo-malinowy z puszystym twarogiem posypany wiórkami gorzkiej czekolady/ <b>6,7</b> /, słupki marchwi do gryzienia                            | Gyros drobiowy z fileta z indyka z delikatnym sosem czosnkowym na jogurcie naturalnym/ <b>7</b> /, kasza bulgur/ <b>1</b> /, surówka colesław z kapusty białej i czerwonej z dipem jogurtowo –majonezowym/ <b>3,7</b> /, fasolka szparagowa na parze okraszana masłem/ <b>7</b> / kompot wieloowocowy <u>owoc- śliwka</u> |
| 20.10.2026<br>Wtorek       | Chleb razowy z masłem/ <b>1,7</b> /, twarożek z awokado i suszonymi pomidorami/ <b>7</b> /-wyrób własny, ogórek zielony, oliwki, rzodkiewka, morelka suszona, kawa zbożowa z mlekiem/ <b>1,7</b> /                                      | Grochowa z ziemniakami na wywarze warzywnym/ <b>9</b> / z dodatkiem natki pietruszki <b>/7</b> /, pudding chia na mleku owsianym z borówkami i płatkami migdałowymi, burak gotowany do gryzienia                                             | Zapiekanka makaronowa z warzywami (por, cukinia, papryka, pieczarki, kukurydza ,brokuł) z wiórkami sera żółtego/ <b>7</b> /, słupki ogórka kiszzonego, woda malinowa <u>owoc-gruszka</u>                                                                                                                                  |
| 21.10.2026<br>Środa        | Kuskus na mleku/ <b>7</b> /, chleb wieloziarnisty z masłem/ <b>1,7</b> /, jajecznica na maselku/ <b>7</b> /ze szczypiorkiem-wyrób własny, pomidorek malinowy ,słupki papryki kolorowej, rzodkiew biała, herbata owocowa                 | Barszcz czerwony z ziemniakami i fasolą na wywarze z warzyw <b>/9/</b> z dodatkiem natki pietruszki zabieleny jogurtem naturalnym/ <b>7</b> /, przekładaniec bananowo-jagodowy, , orzeszki z ciecierzycy, woda ciepła do picia               | Gołabki bez zawijania z ryżem brązowym, mięsem wieprzowym i kapustą w sosie pomidorowym, kompot truskawkowy, mix warzyw(burak gotowany, marchew) <u>owoc-melon</u>                                                                                                                                                        |
| 22.10.2026<br>Czwartek     | Chleb graham z masłem/ <b>1,7</b> /, kremowa pasta z łososia wędzonego/ <b>4</b> /, jajka/ <b>3</b> / i ogórka kiszzonego z koperkiem/ <b>3,4</b> /-wyrób własny, papryka czerwona, rzodkiewka, pomidorek koktajlowy, kakao/ <b>7</b> / | Krupnik z kaszą pęczak/ <b>1</b> / i ziemniakami na wywarze – mięsno-warzywnym/ <b>9</b> / z dodatkiem natki pietruszki, warzywa gotowane na parze: kalafior, brukselka z dipem pomidorowo-ziolowym, woda ciepła do picia                    | Pampuchy/ <b>1,3,7</b> / z polewą truskawkową na jogurcie naturalnym/ <b>7</b> /-wyrób własny, lemoniada cytrynowa <u>owoc-pomarańcza</u>                                                                                                                                                                                 |
| 23.10.2026<br>Piątek       | Jaglanka na mleku/ <b>1,7</b> /, chleb gwarek z masłem/ <b>1,7</b> /, karotka z soczewicy czerwonej z prażonymi ziarnami słonecznika-wyrób własny, roszponka, ogórek zielony, rzodkiew biała, śliwka suszona, herbata z cytryną         | Pomidorowa z lanymi kluskami/ <b>1,3</b> /na wywarze mięsno-warzywnym <b>/9/</b> z dodatkiem natki pietruszki, kakaowe ciasto z jabłkami i cynamonem/ <b>1,3</b> /-wypiek własny napój owsiany, kalarepka do gryzienia ,woda ciepła do picia | Ryba Miruna panierowana w tradycyjnej panierce <b>/1,3,4</b> /, ziemniaki z koperkiem, surówka z selera/ <b>9</b> / marchwi z dodatkiem rodzynek z sosem jogurtowym <b>/7</b> /, marchew baby na parze okraszana masłem/ <b>7</b> / napój miętowy <u>owoc-jabłko</u>                                                      |

Na terenie kuchni w danym dniu w trakcie przygotowania posiłków produkty zawierające substancję mogące powodować alergię lub reakcję nietolerancji (zgodnie z Rozp. PEiR 1169/2011 z 25.10.2011 r. w/s przekazywania konsumentom informacji na temat żywności) oznakowanie alergenów w jadłospisie zgodne z załącznikiem dotyczącym substancji mogących powodować alergię lub reakcję nietolerancji (przyprawy używane do potraw mogą zawierać dwutlenek siarki, sezam, orzechy arachidowe, orzechy inne, soja (seler występuje w każdej zupie)). Lista alergenów wytłuszczona i oznaczona cyframi do każdego posiłku. Jadłospis może ulec modyfikacji z przyczyn technicznych. W jadłospisie oznaczone zostały alergeny : **1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6. Soja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne, 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Sezam i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne.**