* **poniedziałek 06.10.2025**

Zupa jarzynowa, pieczywo mieszane

Spaghetti po bolońsku z warzywami i serem,

Kompot.

**Alergeny:** 1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 57 g.

* **wtorek 07.10.2025**

Zupa wiejska, pieczywo mieszane

Kotlet z piersi kurczaka, ziemniaki, buraczki na zimno / kotlet mielony, buraczki na ciepło, ziemniaki

Woda z cytryną.

**Alergeny:** 1. 3. 7. 9. 10.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 68 g dla kotleta z piersi kurczaka, 70 g. dla kotleta mielonego)

* **środa 08.10.2025**

Zupa kalafiorowa, pieczywo mieszane,

Kluski śląskie z tłuszczem, surówka z marchewki i pora,

Kompot.

**Alergeny:** 1. 3. 4. 6. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 68 g)

* **czwartek 09.10.2025**

Zupa grochowa, pieczywo mieszane,

Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym, surówka wielowarzywna, kasza jęczmienna

Lemoniada.

**Alergeny:** 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 67 g)

* **piątek 10.10.2025**

Zupa pomidorowa z makaronem,

Ryba panierowana, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty

Woda z cytryną.

**Alergeny:** 1. 3. 4. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 68 g)

* **poniedziałek 13.10.2025**

Zupa fasolowa, pieczywo mieszane

Makaron z białym serem i tłuszczem.

Kompot, owoc.

**Alergeny:** 1. 3. 6. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 49 g)

* **środa 15.10.2025**

Zupa z cukinii, pieczywo mieszane,

Kotlet schabowy, marchewka z groszkiem, ziemniaki

/ kotlet z piersi kurczaka, marchewka z groszkiem, ziemniaki.

Woda z cytryną.

**Alergeny:** 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 70 g dla kotleta schabowego,

 II danie – węglowodany przyswajalne – 71 g dla kotleta z piersi kurczaka,)

* **czwartek 16.10.2025**

Rosół z makaronem,

Indyk w sosie słodko-kwaśnym, ryż.

Woda z cytryną.

**Alergeny:** 1. 6. 7. 9. 10. 11

(II danie – węglowodany przyswajalne – 46 g )

* **piątek 17.10.2025**

Zupa z zielonego groszku, pieczywo mieszane,

Paluszki rybne, ziemniaki, surówka z kiszonego ogórka.

Kompot.

**Alergeny:** 1. 3. 4. 6. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 68 g. )

* **poniedziałek 20.10.2025**

Kapuśniak mazurski, pieczywo mieszane,

Makaron z szpinakiem i serem,

Kompot.

**Alergeny:** 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 49 g)

* **wtorek 21.10.2025**

Zupa wiejska, pieczywo mieszane,

Fasolka po bretońsku, ziemniaki / Forszmak z ryżem

Woda z cytryną.

**Alergeny:** 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 48 g. dla forszmaku, 49 g. dla fasolki po bretońsku )

* **środa 22.10.2025**

Barszcz czerwony, pieczywo mieszane,

Kotlet pożarski, ziemniaki, marchewka z groszkiem.

Woda z cytryną.

**Alergeny:** 1. 3. 7. 9. 10.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 68 g)

* **czwartek 23.10.2025**

Krupnik jęczmienny, pieczywo mieszane

Pyzy z mięsem i tłuszczem, surówka z marchewki i chrzanu.

Woda z cytryną.

**Alergeny:** 1.3.6.7.9.10.11

(II danie – węglowodany przyswajalne – 84 g)

* **piątek 24.10.2025**

Zupa z soczewicy, pieczywo mieszane,

Ryba z warzywami, ryż brązowy.

Kompot.

**Alergeny:** 1. 4. 6. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 55 g)

* **poniedziałek 27.10.2025**

Barszcz biały z jajkiem i kiełbasą, pieczywo mieszane,

Makaron z cukinią i serem / Zupa jarzynowa, pieczywo mieszane, naleśniki z serem i dżemem polane jogurtem.

Sok 100 %.

**Alergeny:** 1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne –75g dla naleśników, 50 dla makaronu z cukinią )

* **wtorek 28.10.2025**

Rosół z makaronem,

Potrawka z kurczaka, ryż surówka wielowarzywna,

Woda z cytryną.

**Alergeny:** 1. 3. 7. 9. 10.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 50 g)

* **środa 29.10.2025**

Zupa z fasolki szparagowej, pieczywo mieszane,

Łazanki

Kompot, owoc.

**Alergeny:** 1.3.6.9.10.11

(II danie – węglowodany przyswajalne – 95 g)

* **czwartek 30.10.2025**

Zupa wiejska, pieczywo mieszane.

Naleśniki z serem i dżemem, polane jogurtem / Makaron z serem białym i tłuszczem

Lemoniada.

**Alergeny:** 1.3.7.9.10.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 75 g dla naleśników, 49 g dla makaronu z serem białym )

* **piątek 31.10.2025**

Zupa brokułowi, pieczywo mieszane,

Filet rybny panierowany, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty

Kompot

**alergeny:** 1. 3. 4. 6. 7. 9. 10. 11

(II danie – węglowodany przyswajalne – 67 g)