

- **PONIEDZIAŁEK 05.10.2026**

Zupa z zielonego groszku, pieczywo mieszane,
Kotlety warzywne, kasza pęczak.
Sok 100 %

- **WTOREK 06.10.2026**

Zupa ogórkowa, pieczywo mieszane.
Pierogi ruskie z masłem.
Woda z cytryną.

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11
(II danie – węglowodany przyswajalne – 84 g)

- **ŚRODA 07.10.2026**

Kapuśniak mazurski, pieczywo mieszane,
Danie gyros (filet z kurczaka, sos), surówka z sałaty lodowej, frytki.
Kompot.
Zgłoszona dieta wegetariańska: Kotlet wielowarzywny, frytki, sos

Alergeny: 1.6.7.9.10.11
(II danie – węglowodany przyswajalne – 68 g)

- **CZWARTEK 08.10.2026**

Zupa wiejska, pieczywo mieszane
Bitki wieprzowe w sosie pieczeniowy, kasza gryczana, buraczki na zimno.
Woda z cytryną.
Zgłoszona dieta wegetariańska: sos pieczarkowy, kasza gryczana, buraczki na zimno.

Alergeny: 1.6.7.9.10.11
(II danie – węglowodany przyswajalne: 64 g)

- **PIĄTEK 09.10.2025**

Krupnik jęczmienny, pieczywo mieszane,
Filet rybny panierowany, ziemniaki, surówka z kapusty kiszzonej
Kompot.

Alergeny: 1.6.7.9.10.11
(II danie – węglowodany przyswajalne 67 g)

- **PONIEDZIAŁEK 12.10.2026**

Zupa jarzynowa, pieczywo mieszane
Makaron z serem białym i skwarkami.
Kompot.

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

(II danie – węglowodany przyswajalne – 49 g)

- **WTOREK 13.10.2026**

Kapuśniak z słodkiej kapusty, pieczywo mieszane,
Pieczona pierś z kurczaka, opiekane ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej / Kotlety mielone,
ziemniaki, buraczki na ciepło.

Woda z cytryną

Zgłoszona dieta wegetariańska: Placki ziemniaczane, śmietana, surówka z kapusty pekińskiej

Woda z cytryną.

Alergeny: 1.3.7.9.10.

(II danie – węglowodany przyswajalne dla kotleta mielonego – 70 g, węglowodany przyswajalne dla
pieczonego kurczaka – 68 g)

- **CZWARTEK 15.10.2026**

Krupnik ryżowy, pieczywo mieszane

Jajko sadzone, ziemniaki, surówka z pora i marchewki / Sos pieczarkowy z ziemniakami, surówka z
pora i marchewki.

Lemoniada

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne dla sosu pieczarkowego – 48 g, dla jajka 46 g)

- **PIĄTEK 16.10.2026**

Zupa z soczewicy, pieczywo mieszane,

Paluszki rybne, ziemniaki, surówka z białej kapusty.

Kompot

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

(II danie – węglowodany przyswajalne dla sosu pieczarkowego – 48 g)

- **PONIEDZIAŁEK 19.10.2026**

Zupa krem z dyni z mleczkiem kokosowym i pestkami dyni / z cukinii i pestkami dyni, bułka paryska,
Makaron kolorowy z sosem pomidorowym i soczewicą
Kompot.

- **WTOREK 20.10.2026**

Zupa brokułowa, pieczywo mieszane,
Łazanki z kapustą kiszoną i mięsem, owoc
Woda z cytryną

Zgłoszona dieta wegetariańska: Łazanki wegetariańskie, owoc
Woda z cytryną.

Alergeny: 1.3.6.9.10.11

(II danie – węglowodany przyswajalne – 25 g)

- **ŚRODA 21.10.2026**

Barszcz ukraiński, pieczywo mieszane,
Kluski śląskie z masłem, surówka z białej kapusty.
Kompot.

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

(II danie – węglowodany przyswajalne – 68 g)

- **CZWARTEK 22.10.2026**

Rosół z makaronem,
Potrawka z kurczaka, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty.

Zgłoszona dieta wegetariańska: kotlet warzywny, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej
Woda z cytryną.

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

(II danie – węglowodany przyswajalne – 50 g)

- **PIĄTEK 23.10.2025**

Zupa grochowa, pieczywo mieszane,
Nugetsy rybne w panierce panko, ziemniaki, surówka z ogórków kiszonych.
Kompot.

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

(II danie – węglowodany przyswajalne – 68 g)

- **PONIEDZIAŁEK 26.10.2026**

Zupa pomidorowa z makaronem.

Leczo warzywne z soczewicą i kaszą / Bigos wegetariański, ziemniaki

Woda z cytryną.

- **WTOREK 27.10.2026**

Barszcz biały z kielbasą i jajkiem, pieczywo mieszane

Pieczeń drobiowa faszerowana warzywami, ziemniaki, / Kotlet drobiowy, ziemniaki, mizeria z jogurtem.

Kompot

Zgłoszona dieta wegetariańska: pierogi ruskie

Woda z cytryną.

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 71 g dla kotleta, 68 g. dla pieczeni)

- **ŚRODA 28.10.2026**

Zupa z fasolki szparagowej,

Gulasz mięsno warzywny z makaronem, surówka z kapusty pekińskiej.

Zgłoszona dieta wegetariańska: Gulasz warzywny z makaronem, surówka z kapusty pekińskiej.

Woda z cytr.

Alergeny: 1.3.6.9.10.11

(II danie – węglowodany przyswajalne – 58 g)

- **CZWARTEK 29.10.2026**

Zupa z zielonego groszku, pieczywo mieszane,

Placki ziemniaczane z sosem tzatziki,

Kompot.

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 51 g)

- **PIĄTEK 30.10.2026**

Kapuśniak z słodkiej kapusty, pieczywo mieszane,

Filet rybny panierowany, surówka z kapusty kiszzonej, ziemniaki.

Woda z cytryną.

Alergeny: 1.3.4.6.7.9.10.11

(II danie – węglowodany przyswajalne – 67 g)