- **poniedziałek 02.11.2026**

Zupa z zielonego groszku, pieczywo mieszane
Makaron z szpinakiem.
Kompot.

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 49 g.)

- **wtorek 03.11.2026**

Zupa jarzynowa pieczywo mieszane
Bitki wieprzowe, kasza gryczana, buraczki na zimno.
Lemoniada.

Alergeny: 1.6.7.9.10.11
(II danie – węglowodany przyswajalne – 44 g)

- **środa 04.11.2026**

Barszcz ukraiński, pieczywo mieszane,
Pierogi ruskie z masłem.
Kompot.

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

- **czwartek 05.11.2026**

Zupa wiejska, pieczywo mieszane,
Gołąbki siekane w sosie pomidorowym, ziemniaki.
Woda z cytryną.

Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 70 g)

- **piątek 06.11.2026**

Zupa pomidorowa z makaronem,
Paluszki rybne, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty.
Kompot.

Alergeny: 1. 3. 4. 6. 9. 10. 11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 68 g)

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorczyca; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka. Jadłospis może ulec zmianie

- **poniedziałek 09.11.2026**

Zupa z fasolki szparagowej, pieczywo mieszane
Makaron z truskawkami i śmietaną.
Kompot.

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 61 g)

- **wtorek 10.11.2026**

Zupa kalafiorowa, pieczywo mieszane,
Gulasz mięsny z kaszą gryczaną / Kotlet mielony, ziemniaki, marchewka z groszkiem.
Woda z cytryną.

Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 71 g. dla kotleta, 54 g dla gulaszu)

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorczyca; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka. Jadłospis może ulec zmianie

- **poniedziałek 16.11.2026**

Zupa pomidorowa z makaronem,
Gulasz z soczewicy i ciecierzycy na plackach ziemniaczanych.
Kompot.

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 58 g)

- **wtorek 17.11.2026**

Krem z białych warzyw z pestkami słonecznika, pieczywo mieszane,
Spagetti po bolońsku z warzywami i serem.
Woda z cytryną

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 57 g)

- **środa 18.11.2026**

Zupa ogórkowa, pieczywo mieszane,
Nugetsy drobiowe w płatkach kukurydzianych, frytki / ryż, surówka wielowarzywna
Woda z cytryną.

Alergeny: 1.3.7.9.10.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 69 g.)

- **czwartek 19.11.2026**

Krupnik jęczmienny, pieczywo mieszane
Kopytka z masłem i bułką tartą / Kluski śląskie z masłem, mandarynka.
Kompot.

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 94 g. dla kopytek, 64 g. dla klusek śląskich)

- **piątek 20.11.2026**

Zupa brokułowa, pieczywo mieszane,
Ryba panierowana, mini marchewka z masłem, ziemniaki.
Kompot.

Alergeny: 1.3.4.6.7.9.10.11
(II danie – węglowodany przyswajalne – 67 g)

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorczyca; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka. Jadłospis może ulec zmianie

- **poniedziałek 23.11.2026**

Zupa soczewicy, pieczywo mieszane,
Makaron z serem białym i tłuszczem.
Sok 100 %.

Alergeny: 1. 3. 6. 9. 10. 11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 49 g)

- **wtorek 24.11.2026**

Zupa wiejska, pieczywo mieszane,
Stek z cebulką, ziemniaki, buraczki na ciepło,
Kompot.

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11
(II danie – węglowodany przyswajalne – 58 g)

- **środa 25.11.2026**

Rosół z makaronem,
Potrawka z kurczaka / Kotlet schabowy z ryżem, surówka z pora i marchewki.
Woda z cytryną

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11
(II danie – węglowodany przyswajalne – 64 g dla potrawki, 77 g. dla kotleta)

- **czwartek 26.11.2026**

Barszcz czerwony z jajkiem, pieczywo mieszane.
Zapiekanka makaronowa z warzywami strączkowymi w sosie beszamelowym.
Woda z cytryna.

Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 78 g.)

- **piątek 27.11.2026**

Zupa szczawiowa / Krupnik ryżowy, pieczywo mieszane,
Ryba po grecku, ziemniaki, surówka z kapusty kiszonej,
Kompot.

alergeny: 1.3.4.6.7.9.10.11
(II danie – węglowodany przyswajalne – 75 g)

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorczyca; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka. Jadłospis może ulec zmianie