



Menu NAROŻE



Jadłospis 29.09-10.10.2025

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
29.09 (poniedziałek)	- Szynka z piersi indyka 20 g , ogórek zielony 30 g, pomidor 20 g, masło 5 g (mleko i produkty pochodne, laktoza) chleb pszenno-żytni 50 g (gluten) - Herbata z sokiem malinowym 200 ml 428 kcal	- Barszcz ukraiński z ziemniakami i białą fasolką 250 g (mleko i produkty pochodne, laktoza, seler), - Racuszki z jabłkami 200 g (gluten, mleko i produkty pochodne, laktoza, jaja), słupki marchewki 30 g - Kompot z aronii i truskawek 200 ml 478 kcal	Kanapka z masłem, serem pomidorem i ogórkiem (mleko i produkty pochodne, laktoza, gluten) 164 kcal
30.09 (wtorek)	- Płatki kukurydziane na mleku 250 g (mleko i produkty pochodne, laktoza), dżem 30 g, masło (mleko i produkty pochodne, laktoza), weka (gluten), cząstki jabłka - Herbata z cytryną 200 ml 434 kcal	- Rosół z kluseczkami 250 g (seler, gluten, jaja) - Nuggetsy z kurczaka 100 g, (jaja, mleko i produkty pochodne, laktoza, gluten) ziemniaki puree (gluten, mleko i produkty pochodne, laktoza) 150 g, surówka Coleslaw z kapusty białej, cebulki i marchewki 100 g (jaja, mleko i produkty pochodne, laktoza) - Kompot truskawkowy 200 ml 458 kcal	Gruszka ½ szt., 84 kcal
01.10 (środa)	- Salatka jarzynowa, wędlina (mleko i produkty pochodne, laktoza), 30 g, papryka czerwona 20 g, ogórek zielony, masło 5 g (mleko i produkty pochodne, laktoza), kajzerka 50 g (gluten) - Herbata z sokiem malinowym 200 ml 428 kcal	- Zupa grysikowa 250 g (gluten, seler), - Gulasz wieprzowy (gluten) 100 g , kasza jęczmienna 100 g (gluten), buraczki z jabłkiem 100 g - Kompot z aronii i truskawek 200 ml 459 kcal	Galaretka Marszala [czerwona], cząstki jabłka 70 kcal
02.10 (czwartek)	- Pasztet drobiowy 30 g, masło 5 g (mleko i produkty pochodne, laktoza) chleb pszenno-żytni 30 g (gluten), ogórek 20 g, papryka czerwona 20 g - Herbata z cytryną 200 ml 434 kcal	- Zupa pomidorowa z ryżem 250 g, (mleko i produkty pochodne, laktoza) - Makaron z serem 250 g (gluten, jaja, mleko i produkty pochodne, laktoza) - Kompot truskawkowy 200 ml 452 kcal	Śliwka, wafelek (gluten) 116 kcal
03.10 (piątek)	- Jajko gotowane 30 g (jaja), pomidor 30 g, masło 5 g (mleko i produkty pochodne, laktoza , chleb graham 30 g (gluten) - Kakao (mleko i produkty pochodne, laktoza) 200 ml 439 kcal	- Zupa brokułowa z makaronem 250 g (gluten, jaja, mleko i produkty pochodne, laktoza) - Ryba smażona 100 g (mleko i produkty pochodne, laktoza, gluten, jaja, ryby) ziemniaki puree z koperkiem 100 g (mleko i produkty pochodne, laktoza), surówka z marchewki z ananasem 100 g, - Kompot z aronii i truskawek 200 ml 494 kcal	Ciasto drożdżowe ze śliwkami (gluten, mleko i produkty pochodne, laktoza, jaja) 134 kcal



Menu NAROŻE



Jadłospis 29.09-10.10.2025

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
06.10 (poniedziałek)	- Ser żółty 30 g (mleko i produkty pochodne, laktoza), masło 10 g (mleko i produkty pochodne, laktoza) pieczywo pszenno-żytnie 50 g (gluten), ogórek 20 g, pomidor 20 g - Herbata z cytryną 200 ml 429 kcal	- Zupa koperkowa z ryżem 250 g (mleko i produkty pochodne, laktoza), - Sos bolognese z tartą marchewką i cukinią z mięsem wieprzowym 100 g, makaron spaghetti 120 g (gluten, jaja) - Kompot truskawkowy 200 ml 472 kcal	Jabłko ½ szt., paluch kukurydziany 81 kcal
07.10 (wtorek)	- Szynka drobiowa 30 g, papryka czerwona 20 g, ogórek kiszony, masło 5 g (mleko i produkty pochodne, laktoza), kajzerka 50 g (gluten) - Herbata z sokiem malinowym 200 ml 458 kcal	- Rosół z lanym ciastem 250 g (gluten, jaja) - Kotlet drobiowy w sezamie 120 g (mleko i produkty pochodne, laktoza, jaja, sezam), ziemniaki puree 100 g (mleko i produkty pochodne, laktoza), surówka z marchwi z brzoskwinia 100 g - Kompot z aronii, jabłek i truskawek 200 ml 472 kcal	Jogurt owocowy (mleko i produkty pochodne, laktoza), cząstki gruszki 154 kcal
08.10 (środa)	- Twarożek ze szczypiorkiem 50 g (mleko i produkty pochodne, laktoza), pomidor 30 g, weka 50 g (gluten, jaja, mleko i produkty pochodne, laktoza), masło (mleko i produkty pochodne, laktoza) - Herbata z cytryną 200 ml 434 kcal	- Barszcz czerwony z ziemniakami 250 g (mleko i produkty pochodne, laktoza, seler), - Pierogi z truskawkami i jogurtem 200 g (gluten, mleko i produkty pochodne, laktoza, jaja), cząstki jabłka 30 g - Kompot z aronii i truskawek 200 ml 478 kcal	Kanapka z masłem z szynką wiejską, papryką i ogórkiem (mleko i produkty pochodne, laktoza, gluten) 164 kcal
09.10 (czwartek)	- Salatka galicyjska z jajkiem (jaja, mleko i produkty pochodne, laktoza) 50 g, masło 10 g (mleko i produkty pochodne, laktoza), szynka wiejska 15 g, chleb graham 30 g (gluten) - Herbata z sokiem malinowym 200 ml 440 kcal	- Zupa kalafiorowa z makaronem (seler, mleko i produkty pochodne, laktoza, jaja, gluten) 250 g - Kotlet mielony saute 100 g (jaja, gluten) ziemniaki puree 100 g (mleko i produkty pochodne, laktoza), buraczki z jabłkiem 100 g, - Kompot z aronii i truskawek 200 ml 494 kcal	Drożdżówka z budyniem, (gluten, jaja, mleko i produkty pochodne, laktoza, jaja), słupki marchewki 144 kcal
10.10 (piątek)	- Pasta rybna 50 g (mleko i produkty pochodne, laktoza, ryby), papryka czerwona 40 g, masło 5 g (mleko i produkty pochodne, laktoza) chleb graham 50 g (gluten) - Herbata z cytryną 200 ml 438 kcal	- Kapuśniak z ziemniakami 250 g (seler) - Pampuchy na parze w sosie czekoladowym 200 g (mleko i produkty pochodne, laktoza, gluten, jaja) - Kompot z owoców leśnych 200 ml 449 kcal	Salatka owocowa 135 kcal