

 Poniedziałek 05.10.2026**Obiad****Spaghetti bolognese**

Składniki: szynka wieprzowa, makaron pszenny, koncentrat pomidorowy 30%, cebula, olej rzepakowy, cukinia, soczewica czerwona, nasiona suche

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

 Wtorek 06.10.2026**Obiad****Pulpety z ciecierzycy**

Składniki: ciecierzycza konserwowa, jaja kurze całe, mleko krowie, 0,5 % tłuszczu, ser parmezan (mleko krowie, sól, podpuszczka), bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże), natka pietruszki, mąka pszenna, typ 450 olej rzepakowy, czosnek, kolendra, nasiona, kmin rzymski, papryka ostra, sól o obn. zaw. sodu, pieprz, sok ze świeżej cytryny

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z marchewki i jabłka z rodzynkami

Składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, cytryna

Woda w butelce **Środa** 07.10.2026**Obiad****Chili sin carne**

Składniki: fasola czerwona sucha, pomidory w puszcze krojone, papryka czerwona, kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), cebula, marchew, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, czosnek, papryka słodka, sól biała, oregano suszone, kmin rzymski, majeranek, liść laurowy, pieprz

Ryż biały**Mus owocowy w tubce**

Składniki: banan, jabłko, witamina c

 Czwartek 08.10.2026**Obiad****Mięso z piersi kurczaka, bez skóry****Sos szpinakowo-śmietanowy**

Składniki: szpinak, mrożony, śmietana 18% (z mleka), mąka pszenna, typ 450, czosnek, masło ekstra (z mleka), sól biała, pieprz, gałka muskatołowa

Kasza jęczmienna, perłowa**Marchewka mini na parze**

Składniki: mini marchewki, masło ekstra (z mleka)

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

 Piątek 09.10.2026**Obiad****Filet z miruny w cieście**

Składniki: filet z miruny mrożonej (ryba), mąka pszenna, typ 450, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Puree ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, mleko krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (z mleka), sól biała

Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką

Składniki: kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), marchew, cebula, olej rzepakowy

Kompot śliwkowy

Składniki: woda, śliwki, cukier