

 12.10.2026 Poniedziałek**Makaron z sosem z pieczonej papryki i pomidorów z mozzarellą**

Składniki: papryka czerwona, przecier pomidorowy, makaron pełnoziarnisty penne, ser mozzarella - kulki (z mleka), olej rzepakowy, ser gouda tusty (mleko, sól, kultury bakterii, barwnik: annato), czosnek, miód pszczeli, sól biała, papryka wędzona

Kompot truskawkowy

Składniki: woda, truskawki, mrożone, cukier

 13.10.2026 Wtorek**Gulasz wieprzowy z zieloną fasolką szparagową**

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, woda, fasolka szparagowa, mrożona, olej rzepakowy, cebula, mąka pszenna, typ 450

Kasza bulgur (pszenica)**Jabłko****Woda z cytryną i miętą**

Składniki: woda, cytryna, mięta, miód

 15.10.2026 Czwartek**Kotlet pożarski**

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, jaja kurze całe, bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże), masło ekstra (z mleka), olej rzepakowy, natka pietruszki, cytryna

Ryż biały**Salata lodowa z pomidorem, ogórkiem i nasionami słonecznika**

Składniki: ogórek, pomidorki koktajlowe, sałata lodowa, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii), słonecznik, nasiona, szczypiorek

Herbata miętowa

Składniki: woda, cukier, herbata miętowa

 16.10.2026 Piątek**Burger losiowy**

Składniki: grubo rozdrobniony losoś (68%), mąka (pszenna, ryżowa), woda, olej rzepakowy, skrobia (ryżowa, ziemniaczana), musztarda (woda, nasiona gorczycy, ocet spirytusowy, sól, cukier, pieprz cayenne, kurkuma), sól, sól wędzona (sól, dym), drożdże, zioła (tymianek, rozmaryn), czosnek, koncentrat soku cytrynowego, pieprz czarny

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z pora, marchewki i jabłka

Składniki: marchew, por, jabłko, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii)

Woda z pomarańczą

Składniki: woda, pomarańcza, miód

 19.10.2026 Poniedziałek**Makaron z lososiem w sosie koperkowo-śmietanowym**

Składniki: losoś świeży (ryba), makaron pszenny bezjajeczny (mąka z pszenicy zwyczajnej), śmietana 12% (z mleka), olej rzepakowy, koperek, sól biała, pieprz

Fasolka szparagowa, mrożona**Kompot jabłkowy**

Składniki: woda, jabłko, cukier

 20.10.2026 Wtorek**Kotlet wieprzowy mielony smażony**

Składniki: wieprzowina łopatką, olej rzepakowy, jaja kurze całe, cebula, bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże), bułki pszenne zwykłe (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier)

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Mizeria z jogurtem naturalnym

Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii), koperek

Herbata rumiankowa

Składniki: woda, cukier, herbata rumiankowa

📅 21.10.2026 Środa

Kaszotto z warzywami i ciecierzycą

Składniki: kalafior, ciecierzycza, nasiona suche, papryka czerwona, pieczarki świeże, cukinia, marchew, kasza bulgur (pszenica), kasza gryczana biała, kasza jęczmienna, pęczak, cebula, olej rzepakowy, słonecznik, nasiona, czosnek

Gruszka

Kompot wiśniowy

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

📅 22.10.2026 Czwartek

Potrawka

Składniki: indyk, tuszka, marchew, seler korzeniowy, pietruszka, korzeń, śmietana 18% (z mleka), żółtko jaja kurzego, masło ekstra (z mleka), mąka pszenna typ 500, z witaminami, rodzynki, suszone

Ryż biały

Surówka z marchewki i mandarynek

Składniki: marchew, mandarynki, olej rzepakowy

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

📅 23.10.2026 Piątek

Burger buraczkowy

Składniki: buraki 46%, mąka z pszenicy durum, gotowana soczewica brązowa 8% (woda, soczewica brązowa), cebula, pomidory, olej rzepakowy, mąka pszenna, czosnek, sok pomidorowy, skrobia ziemniaczana, woda, pietruszka, sól, przyprawy (kmin rzymski, pieprz czarny, papryka), drożdże, ocet spirytusowy, chili

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z białej kapusty Coleslaw

Składniki: kapusta biała, marchew, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka jaj kurzych (7,0%)), koperek

Herbata owocowa z suszu

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

📅 26.10.2026 Poniedziałek

klopsiki rybne

Składniki: filety z mintaja (58%), mąka pszenna, ziemniaki (8%), olej słonecznikowy, cebula (4%), mąka ryżowa, smażona cebula (cebula, olej rzepakowy) 4%, por, serek śmietankowy, zioła (szczypiorek, koperek), woda, sól, przyprawy (nasiona gorczycy, pieprz, gałka muszkatołowa, pieprz kajeński, kurkuma), ocet spirytusowy, sok z cytryny z koncentratu soku cytrynowego, czosnek, drożdże, cukier

Sos pomidorowy

Składniki: woda, koncentrat pomidorowy, 30%, śmietana 18% (z mleka), mąka pszenna, typ 450, masło ekstra (z mleka), pieprz

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Trio na parze

Składniki: brokuły, mrożone, kalafior, mrożony, marchew, mrożona

Kompot truskawkowy

Składniki: woda, truskawki, mrożone, cukier

📅 27.10.2026 Wtorek

Pieczeń wieprzowa w sosie własnym

Składniki: wieprzowina szynka surowa, cebula, mąka pszenna typ 500, z witaminami, olej rzepakowy

Kasza jęczmienna perłowa (jęczmień)

Surówka z kapusty pekińskiej

Składniki: kapusta pekińska, papryka czerwona, ogórek, szczypiorek, kukurydza, ziarno, olej rzepakowy

Woda z cytryną i miętą

Składniki: woda, cytryna, mięta, miód

📅 28.10.2026 Środa

Gulasz z fasoli

Składniki: fasola biała, nasiona suche, woda, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, olej rzepakowy, mąka pszenna, typ 450

Makaron pełnoziarnisty (pszenica)

Surówka z ogórka kiszzonego

Składniki: ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy

Kompot wiśniowy

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

📅 **29.10.2026 Czwartek**

Udko z kurczaka pieczone

Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Buraczki duszone

Składniki: burak, cebula, olej rzepakowy, cytryna, sól biała, pieprz

Woda z pomarańczą

Składniki: woda, pomarańcza, cukier

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.