

📅 **Poniedziałek** 07.09.2026

OBIAD

- 300ml **Krupnik z kaszą jęczmienną na wywarze warzywnym**
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza **jęczmienna**, perłowa, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- 200g **Ravioli z ciecierzycą i soczewicą w sosie pomidorowym**
Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, ciecierzycza konserwowa, soczewica czerwona, nasiona suche, pomidory w puszcze całe, cebula, sól biała

📅 **Wtorek** 08.09.2026

OBIAD

- 300ml **Zupa ogórkowa z ryżem**
Składniki: woda, ryż biały, ogórek kiszony, marchew, skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- 120g **Podudzie pieczone z kurczaka**
Składniki: podudzie z kurczaka ze skórą, oliwa, papryka słodka, papryka ostra, pieprz cytrynowy (cebula, sól, pieprz czarny, regulator kwasowości: kwas cytrynowy; cukier, skórka cytryny, kurkuma.), sól biała
- 150g **Ziemniaki z koperkiem**
Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała
- 80g **Surówka z selera i jabłka ze śmietaną**
Składniki: **seler** korzeniowy, jabłko, śmietana 18% (z **mleka**), rodzynki, suszone

📅 **Środa** 09.09.2026

OBIAD

- 300g **Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym**
Składniki: woda, brukselka, makaron pełnoziarnisty (**pszenica**), marchew, pietruszka, korzeń, śmietana 18% (z **mleka**), **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- 250g **Kluski leniwe z prażonym jabłkiem**
Składniki: jabłko, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 450, masło ekstra (z **mleka**), cukier, sól biała

📅 **Czwartek** 10.09.2026

OBIAD

- 300g **Rosół z kurczaka z makaronem**
Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, udo z kurczaka, **seler** korzeniowy, makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- 100g **Kotlet mielony wieprzowy**
Składniki: wieprzowina łopatką, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), olej rzepakowy, cebula, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe (mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), sól biała, pieprz
- 150g **Ziemniaki z koperkiem**
Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała
- 80g **Kapusta biała zasmażana z koperkiem**
Składniki: kapusta biała, olej rzepakowy, koperek

📅 **Piątek** 11.09.2026

OBIAD

- 300ml **Zupa pieczarkowa z makaronem**
Składniki: woda, pieczarki świeże, makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), marchew, śmietana 18% (z **mleka**), kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- 200g **Ryba duszona w warzywach**
Składniki: **morszczuk** świeży (**ryba**), marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, koncentrat pomidorowy, 30%, por, olej rzepakowy, sól biała, pieprz
- 150g **Ziemniaki gotowane**
Składniki: ziemniaki, sól biała

📅 **Poniedziałek** 14.09.2026

OBIAD

300ml **Zupa minestrone na wywarze warzywnym**

Składniki: woda, ziemniaki, kalafior, brokuły, cukinia, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, cząber suszony

250g **Racuchy z jabłkami**

Składniki: jabłko, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier puder, soda oczyszczona

30g **Mus truskawkowy własnego wyrobu**

Składniki: truskawki, mrożone, cukier

📅 **Wtorek** 15.09.2026

OBIAD

300g **Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym**

Składniki: woda, kalafior, ziemniaki, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

120g **Falafel**

Składniki: ciecierzycy, nasiona suche, cebula, marchew, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, papryka słodka, sól biała, kmin rzymski, kolendra mielona, majeranek

150g **Ziemniaki z koperkiem**

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

80g **Surówka z marchewki i jabłka**

Składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy

📅 **Środa** 16.09.2026

OBIAD

300ml **Barszcz zabielały z ziemniakami**

Składniki: woda, burak, ziemniaki, późne, marchew, kurczak, tuszka, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

120g **Pierś z kurczaka gotowana w sosie śmietanowym**

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, cebula, śmietana 18% (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, natka pietruszki, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, pieprz, zioła prowansalskie

150g **Gnocchi**

Składniki: ziemniaki, skrobia ziemniaczana, sól biała

80g **Marchewka mini na parze**

Składniki: mini marchewki

📅 **Czwartek** 17.09.2026

OBIAD

300g **Rosół drobiowy z makaronem**

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

120g **Karczek z pieca**

Składniki: karczek wieprzowy bez kości, olej rzepakowy

150g **Ziemniaki gotowane**

Składniki: ziemniaki, sól biała

80g **Surówka z białej kapusty po chińsku**

Składniki: kapusta biała, marchew, koperek, ocet jabłkowy

📅 **Piątek** 18.09.2026

OBIAD

300ml **Zupa grysikowa**

Składniki: woda, kurczak, tuszka, marchew, kasza manna (**pszenica**), wołowina szponder, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

200ml **Makaron pełnoziarnisty w sosie maślano - cytrynowym z tuńczykiem**

Składniki: makaron pełnoziarnisty (**pszenica**), marchew, woda, **tuńczyk** w sosie własnym (**tuńczyk**, sól), śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, czosnek, cytryna

80g **Kalafior na parze**

Składniki: kalafior, mrożony

📅 **Poniedziałek** 21.09.2026

OBIAD

300ml **Krem z groszku**

Składniki: woda, groszek zielony, mrożony, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, chleb **pszenno-żytni** (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, naturalny wysuszony zakwas **żytni**, sól), udo z kurczaka, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie

250g **Makaron z twarogiem**

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), cukier, masło klarowane (z **mleka**)

📅 **Wtorek** 22.09.2026

OBIAD

300ml **Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem**

Składniki: woda, koncentrat pomidorowy, 30%, makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), marchew, śmietana 18% (z **mleka**), seler korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie

120g **Gulasz wieprzowy**

Składniki: wieprzowina łopatka, woda, marchew, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450

150g **Kasza jęczmienna, wiejska**

80g **Salatka szwedzka**

Składniki: ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy

📅 **Środa** 23.09.2026

OBIAD

300g **Rosół drobiowy z makaronem**

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie

100g **Filet z kurczaka w sosie pieczarkowym**

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, pieczarki świeże, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, śmietana 18% (z **mleka**), sól biała, pieprz

150g **Ziemniaki gotowane**

Składniki: ziemniaki, sól biała

80g **Salsa buraczana**

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

📅 **Czwartek** 24.09.2026

OBIAD

300ml **Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami**

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), marchew, boczek wędzony bez kości, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, natka pietruszki, żeberka wieprzowe wędzone, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść lauowy

100g **Pulpety z ciecierzycy wegetariańskie**

Składniki: ciecierzycza konserwowa, **jaja** kurze całe, bułka paryska (angielka) (mąka **pszenna**, **mleko** i woda, olej, drożdże piekarnicze, sól, cukier), **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

150g **Makaron z pomidorami**

Składniki: pomidory w puszcze całe, makaron bezjajeczny z semoliny (semolina z **pszenicy** twardej), cebula, olej rzepakowy

📅 **Piątek** 25.09.2026

OBIAD

300ml **Zupa koperkowa na wywarze warzywnym**

Składniki: woda, ryż biały, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, koperek, por, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie

120g **Filet z morszczuka panierowany**

Składniki: **morszczuk** świeży (**ryba**), **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz

150g **Ziemniaki z koperkiem**

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

80g **Surówka z kapusty czerwonej**

Składniki: kapusta czerwona, rodzynki, suszone, olej rzepakowy

📅 **Poniedziałek** 28.09.2026

OBIAD

- 300ml **Krupnik z kaszą jęczmienną na wywarze warzywnym**
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza **jęczmienna**, perłowa, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- 280g **Knedle z truskawkami**
Składniki: ziemniaki, truskawki, mrożone, **jaja** kurze całe, cukier, mąka **pszenna**, typ 450, skrobia ziemniaczana

📅 **Wtorek** 29.09.2026

OBIAD

- 300ml **Krem z białych warzyw z grzankami**
Składniki: woda, kalafior, ziemniaki, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, chleb **pszenno-żytni** (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, naturalny wysuszony zakwas **żytni**, sól), por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, gałka muszkatołowa, tymianek
- 300g **Spaghetti z mięsem wieprzowym w sosie warzywno- pomidorowym**
Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), wieprzowina łopatką, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, ser gouda tłusty (**mleko**, sól, kultury bakterii, barwnik: annato), olej rzepakowy

📅 **Środa** 30.09.2026

OBIAD

- 300ml **Rosół drobiowy z kluseczkami**
Składniki: woda, kurczak, tuszka, marchew, makaron dwujajeczny z semoliny (semolina z **pszenicy** twardej, **jaja**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- 120g **Filet z kurczaka panierowany**
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz
- 150g **Ziemniaki z koperkiem**
Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała
- 80g **Surówka z białej kapusty Colesław**
Składniki: kapusta biała, marchew, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), koperek

📅 **Czwartek** 01.10.2026

OBIAD

- 300g **Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym z ziemniakami**
Składniki: woda, ziemniaki, brukselka, marchew, pietruszka, korzeń, śmietana 18% (z **mleka**), **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- 300g **Gołąbki z soczewicą i ryżem**
Składniki: kapusta biała, soczewica czerwona, nasiona suche, ryż biały, marchew, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, **jaja** kurze całe, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, sól biała, pieprz

📅 **Piątek** 02.10.2026

OBIAD

- 300ml **Zupa rosolnik**
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, ryż biały, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, mięso ze skrzydeł indyka, ze skórą
- 120g **Ryba w sosie**
Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry (**ryba**), marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), por, olej rzepakowy, cytryna, sól biała, pieprz
- 150g **Ziemniaki gotowane**
Składniki: ziemniaki, sól biała
- 80g **Fasolka szparagowa z wody, z masłem**
Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, masło ekstra (z **mleka**)