

PAŹDZIERNIK				
ŚRODA 01.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA OGÓRKOWA (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 532 kcal duży obiad - 723 kcal
	KURCZAK DUSZONY W SOSIE DYNIOWYM Z MAKARONEM MIESZANKA WARZYW (BROKUŁ, MARCHEW, KALAFIOF)	gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH		200 ml	
CZWARTEK 02.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	BARSZCZ UKRAIŃSKI Z ZIEMNIAKAMI (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 570 kcal duży obiad - 770 kcal
	PIEROGI Z TWAROGIEM I SOSEM OWOCOWYM OWOC: JABŁKO	gluten, laktoza	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z TRUSKAWEK		200 ml	
PIĄTEK 03.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA POMIDOROWA (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 575 kcal duża - 780 kcal
	MIRUNA Z PIECA Z ZIEMNIAKAMI SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY, MARCHEWKĄ I ZIELONĄ PIETRUSZKĄ	gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z WIŚNI		200 ml	

PAŹDZIERNIK				
PONIEDZIAŁEK 06.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA KRUPNIK Z KASZĄ PĘCZAK I ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (na wywarze mięsno-warzywnym)	laktoza, seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 572 kcal duży obiad - 781 kcal
	WEGAŃSKI GULASZ SŁODKO-KWAŚNY Z KALAFIEM I RYŻEM PARABOLICZNYM OWOC: JABŁKO	Seler, Gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT PORZECZKOWO-JABŁKOWY		200 ml	
WTOREK 07.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA KOPERKOWA Z KASZĄ KUS KUS (na wywarze mięsno-warzywnym)	laktoza, gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 560 kcal duży obiad - 790 kcal
	KOTLET SCHABOWY WIEPRZOWY SMAŻONY W SEZAMIE Z ZIEMNIAKAMI SURÓWKA Z MARCHWI I ANANASA NA JOGURCIE GRECKIM	Gluten, jajko kurze, laktoza	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT WIŚNIOWO-JABŁKOWY		200 ml	
ŚRODA 08.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
D	ZUPA SEROWA Z MAKARONEM (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Gluten, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	

OBIAD	ESKALOPKI Z INDYKA I KURCZAKA Z PIECA Z ZIEMNIAKAMI MARCHEWKA Z GROSZKIEM	jajko kurze, gluten	mała – 300 g duża – 400g	mały obiad - 530 kcal duży obiad - 720 kcal
	KOMPOT Z GRUSZEK		200 ml	
CZWARTEK 09.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA Z BIAŁEJ FASOLI Z ZIEMNIAKAMI (na wywarze mięsno-warzywnym)	Laktoza, Seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 550 kcal duża - 775 kcal
	GOTOWANY FILET Z KURCZAKA W SOSIE POMIDOROWYM (DAL INDYJSKI) Z RYŻEM OWOC: GRUSZKA	gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT GRUSZKOWO-PORZECZKOWY		200 ml	
PIĄTEK 10.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA KREM Z BURAKA (na wywarze mięsno-warzywnym)	Gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 510 kcal duża - 710 kcal
	KLOPSIKI Z MINTAJA I KOPIERKIEM Z ZIEMNIAKAMI SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z MARCHEWKĄ, KOPERKIEM, KUKURYDZĄ Z SOSEM JOGURTOWO-MAJONEZOWYM	jajko kurze, gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT JABŁKOWY		200 ml	

PAŹDZIERNIK				
PONIEDZIAŁEK 13.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA KREM Z ZIEMNIAKA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 520 kcal duży obiad - 730 kcal
	KASZOTTO Z KASZY PĘCZAK Z POMIDORAMI, CUKINIĄ, BAKŁAŻANEM I PAPRYKĄ OWOC: GRUSZKA	Gluten, Seler	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z AGRESTU		200 ml	
WTOREK 14.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA NEAPOLITAŃSKA Z MAKARONEM (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza, Gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 550 kcal duży obiad - 770 kcal
	BITKI W SOSIE WŁASNYM Z ZIEMNIAKAMI SURÓWKA Z OGÓRKA KISZONEGO I MARCHEWKI Z ZIOŁAMI PROWANSALSKIMI	Gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT GRUSZKOWO-JABŁKOWY		200 ml	
ŚRODA 15.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 530 kcal duży obiad - 750 kcal
	PULPETY WIEPRZOWE NA PARZE Z ZIEMNIAKAMI ĆWIKŁA Z CHRZANEM	Gluten	mała – 300 g duża – 400g	

	KOMPOT ZE ŚLIWEK		200 ml	
CZWARTEK 16.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA JARZYNOWA (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 560 kcal duża - 746 kcal
	DUSZONY KURCZAK W SOSIE WŁASNYM NA MLECZKU KOKOSOWYM Z RYŻEM FASOLKA ZIELONA	gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z WIŚNI		200 ml	
PIĄTEK 19.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 520 kcal duża - 790 kcal
	DORSZ Z PIECA Z ZIEMNIAKAMI SURÓWKA Z KISZONEGO ORGÓRKA Z MARCHEWKĄ I ZIELONĄ PIETRUSZKĄ	gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH		200 ml	

PAŹDZIERNIK				
PONIEDZIAŁEK 20.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA Z FASOLI SZPARAGOWEJ Z ZIEMNIAKAMI (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 550 kcal duży obiad - 796 kcal
	PIEROGI Z MIĘSEM SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY	gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z TRUSKAWEK		200 ml	
WTOREK 21.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ROSOLNIK Z KASZĄ KUS KUS (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 530 kcal duży obiad - 720 kcal
	KLOPSIKI Z ŁOPATKI WIEPRZOWEJ W SOSIE POMIDOROWYM Z ZIEMNIAKAMI SAŁATKA Z BURAKÓW	Gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z JABŁEK I WIŚNI		200 ml	
ŚRODA 22.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA KALAFIOROWA Z ZIEMNIAKAMI I KOPERKIEM (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza, Gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 510 kcal duży obiad - 725 kcal
	UDKO Z KURCZAKA Z PIECA Z ZIEMNIAKAMI MARCHEWKA GOTOWANA	Gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH		200 ml	
CZWARTEK 23.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ

OBIAD	ZUPA OGÓRKOWA (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 535 kcal duża - 770 kcal
	NALEŚNIKI Z TWAROGIEM I JABŁKAMI Z SOSEM JOGURTOWO-CYNAMONOWYM OWOC: JABŁKO	Laktoza, Jajka, Gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH		200 ml	
PIĄTEK 24.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA BROKUŁOWA Z RYŻEM	Gluten, Seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 530 kcal duża - 760 kcal
	SMAŻONY MORSZCZUK Z ZIEMNIAKAMI SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z KOPERKIEM, RZODKIEWKĄ I OGÓRKIEM ŚWIEŻYM	Gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z MALIN I TRUSKAWEK		200 ml	

PAŹDZIERNIK				
PONIEDZIAŁEK 27.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA ZIEMNIACZANA Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 580 kcal duży obiad - 790 kcal
	MAKARON Z SOSEM BOLOGNESE WARZYWA NA PARZE (marchewka, kalafior, brokuł)	Gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT ZE ŚLIWEK		200 ml	
WTOREK 28.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA KOPERKOWA Z MAKARONEM (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 560 kcal duży obiad - 790 kcal
	KOTLET SIEKANY Z KURCZAKA Z PIECZARKAMI I MARCHEWKĄ Z ZIEMNIAKAMI FASOLKA ZIELONA	jajko kurze, gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z TRUSKAWEK		200 ml	
ŚRODA 29.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA Z BIAŁEJ FASOLI Z ZIEMNIAKAMI (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Gluten, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 530 kcal duży obiad - 760 kcal
	KURCZAK W SOSIE CARBONARA Z BROKUŁAMI I RYŻEM OWOC-JABŁKO	Gluten, Laktoza	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z AGRESTU I WIŚNI		200 ml	
CZWARTEK 30.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA GROCHOWA (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 560 kcal duży obiad - 780 kcal
	PIEROGI LENIWE Z SOSEM ŚMIETANOWO-JOGURTOWYM Z CYNAMONEM OWOC- GRUSZKA	Gluten, Laktoza	mała – 300 g duża – 400g	

	KOMPOT Z WIŚNI		200 ml	
PIĄTEK 31.10.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA OWOCOWA Z MAKARONEM	Gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 530 kcal duża - 760 kcal
	MIRUNA W PANCO Z ZIEMIAKAMI SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY Z MARCHEWKĄ	Gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z TRUSKAWEK I AGRESTU		200 ml	