

LISTOPAD

PONIEDZIAŁEK 03.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA Z FASOLKI SZPARAGOWEJ ZIELONEJ Z ZIEMNIAKAMI (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Gluten, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 592 kcal duży obiad - 798 kcal
	RYŻ ZAPIEKANY Z JABŁKIEM I BRZOSKWINIĄ ORAZ SOSEM JOGURTOWO-CYNAMONOWYM OWOC - GRUSZKA	laktoza	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z TRUSKAWEK		200 ml	
WTOREK 04.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	OGÓRKOWA Z KASZĄ MANNĄ (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Gluten, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 495 kcal duży obiad - 710 kcal
	FILET Z KURCZAKA W SOSIE CARBONARA Z BROKUŁEM I MAKARONEM - JABŁKO OWOC	Gluten	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT MALINOWY		200 ml	
ŚRODA 05.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA KREM Z ZIEMNIAKÓW (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Gluten, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 530 kcal duży obiad - 720 kcal
	POTRAWKA Z FILETEM KURCZAKA Z MAKARONEM POMIDOROWYM Z WARZYWAMI (marchew, brokuł, kalafior)	gluten	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT ZE ŚLIWEK		200 ml	
CZWARTEK 06.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ (na wywarze mięsno-warzywnym)	Laktoza, Seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 550 kcal duża - 775 kcal
	GULASZ WIEPRZOWY Z SZYNKI Z KASZĄ PĘCZAK I WARZYWAMI (marchewka i papryka) OWOC - JABŁKO	Gluten	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z AGRESTU		200 ml	
PIĄTEK 07.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM	Gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 490 kcal duża - 710 kcal
	PULPECIKI Z MINTAJA Z KOPERKIEM I ZIEMNIAKAMI SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z MARCHEWKĄ I KOPERKIEM NA JOGURCIE GRECKIM	Gluten, Jajka, laktoza	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z JABŁEK I MALIN		200 ml	

LISTOPAD				
ŚRODA 12.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA JARZYNOWA (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 53 kcal duży obiad - 740 kcal
	NALEŚNIKI Z TWAROGIEM I SOSEM TRUSKAWKOWYM OWOC - GRUSZKA	Gluten, Laktoza, Jajko	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH		200 ml	
CZWARTEK 13.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA BARSZCZ CZERWONY ZABIELANY Z MAKARONEM (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza, Gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 530 kcal duży obiad - 780 kcal
	UDKO Z KURCZAKA Z PIECA Z ZIEMNIAKAMI SURÓWKA Z KAPUSTY Z MARCHEWKĄ NA JOGURCIE GRECKIM	Laktoza	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z JABŁEK I TRUSKAWEK		200 ml	
PIATEK 14.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZIEMNIACZANA Z TYMIANKIEM (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza, Gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 520 kcal duża - 790 kcal
	RYBA Z PIECA (DORSZ) Z ZIEMNIAKAMI SURÓWKA JESIENNA (kapusta,marchew , koper,papryka, por)	Gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT TRUSKAWKOWO-POMARAŃCZOWY		200 ml	

LISTOPAD				
PONIEDZIAŁEK 17.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA BROKUŁOWA Z ZIEMNIAKAMI I KOPERKIEM (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 550 kcal duży obiad - 800 kcal
	MAKARON Z TWAROGIEM I SOSEM TRUSKAWKOWYM OWOC-JABŁKO	Laktoza, gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT ZE ŚLIWEK		200 ml	
WTOREK 18.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ

OBIAD	ZUPA KOPERKOWA Z KASZĄ BULGUR (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 530 kcal duży obiad - 720 kcal
	BITKI ZE SCHABU W SOSIE WŁASNYM Z ZIEMNIAKAMI SAŁATKA Z OGÓRKÓW KISZONYCH Z CEBULKĄ	Gluten	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z JABŁEK		200 ml	
ŚRODA 19.11.2025		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
	FILET Z KURCZAKA W SOSIE CURRY Z FASOLKĄ SZPARAGOWĄ I GROSZKIEM NA MLEKU KOKOSOWYM Z KASZĄ PĘCZAK OWOC- JABŁKO	Gluten	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z WIŚNI		200 ml	
CZWARTEK 20.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA KREM Z MARCHWI (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 535 kcal duża - 770 kcal
	ESKALOPKI DROBIOWE Z FILETU INDYKA W SZCZARKOWYM Z ZIEMNIAKAMI BURACZKI Z CHRZANEM NA ŚMIETANIE	Laktoza, Jajka, Gluten	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH		200 ml	
PIĄTEK 21.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	POMIDOROWA Z MAKARONEM	Gluten, Seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 530 kcal duża - 760 kcal
	SZKI Z RYBY (MORSZCZUK) Z ZIEMNIAKAMI SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY	Gluten	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z JABŁEK I AGRESTU		200 ml	

LISTOPAD				
PONIEDZIAŁEK 24.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA KREM Z BIAŁYCH WARZEW (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 580 kcal duży obiad - 790 kcal
	MAKARON Z SOSEM BOLOGNESE (Z ŁOPATKI WIEPRZOWEJ) WARZYWA NA PARZE (marchewka, kalafior, brokuł)	Gluten	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT ZE ŚLIWEK		200 ml	
WTOREK 25.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ

OBIAD	ZUPA KALAFIOROWA Z RYŻEM (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Gluten, laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 560 kcal duży obiad - 790 kcal
	KOTLET ZE SCHABU WIEPRZOWEGO Z ZIEMNIAKAMI MARCHEWKA Z GROSZKIEM	Jajka, Gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z TRUSKAWEK		200 ml	
ŚRODA 26.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Gluten, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 530 kcal duży obiad - 760 kcal
	GULASZ WIEPSZOWY Z WARZYWAMI PIECZYWO PUCHY DROŻDŻOWE NA PARZE OWOC: JABŁKO	Gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z JABŁEK I GRUSZEK		200 ml	
CZWARTEK 27.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	BARSZCZ UKRAIŃSKI wywarze mięsno-warzywnym) (na	Seler, Gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 560 kcal duży obiad - 780 kcal
	KOPYTKA Z SOSEM CYNAMONOWO- JOGURTOWYM OWOC-JABŁKO	Gluten, Laktoza	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z WIŚNI		200 ml	
PIĄTEK 28.11.2025		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA JARZYNOWA	Seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 530 kcal duża - 750 kcal
	MIRUNA W PANKO Z ZIEMNIAKAMI SURÓWKA Z KAPUSTY Z SOSEM JOGURTOWYM (kapusta,marchew ,koper)	Gluten, Laktoza	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z OWOCÓW LEŚNYCH		200 ml	