

MARZEC

PONIEDZIAŁEK 02.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA OGÓRKOWA (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Gluten, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 550 kcal duży obiad - 800 kcal
	MAKARON Z TWAROGIEM I SOSEM TRUSKAWKOWYM OWOC- JABŁKO	gluten, lakoza	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH		200 ml	
WTOREK 03.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	SOŁOWA Z ZIEMIAKAMI (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Gluten, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 510 kcal duży obiad - 700 kcal
	FILET Z KURCZAKA W SOSIE SZPINAKOWO-ŚMIETANOWYM Z KASZĄ PĘCZAK SURÓWKA Z JABŁKA I MARCHWI	laktoza, gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z WIŚNI		200 ml	
ŚRODA 04.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	KALAFIOROWA Z MAKARONEM (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza, Gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 535 kcal duży obiad - 735 kcal
	SCHAB PIECZONY W SOSIE WŁASNYM Z ZIEMNIAKAMI SAŁATKA Z KISZONEGO OGÓRKA Z CEBULĄ	gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z TRUSKAWEK		200 ml	
CZWARTEK 05.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA POMIDOROWA Z RYŻEM (na wywarze mięsno-warzywnym)	seler, gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 495 kcal duża - 710 kcal
	UDKO Z PIECA Z ZIEMNIAKAMI MARCHEWKA Z GROSZKIEM	gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z JABŁEK		200 ml	
PIĄTEK 06.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z ZIEMNIAKAMI I KOPERKIEM (na wywarze mięsno-warzywnym)	seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 490 kcal duża - 710 kcal
	RYBA Z PIECA (DORSZ) Z ZIEMNIAKAMI SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY Z MARCHEWKĄ	gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT ZE ŚLIWEK		200 ml	

MARZEC				
PONIEDZIAŁEK 09.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA KREM Z ZIEMNIAKÓW (na wywarze mięsno-warzywnym)	seler, laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 580 kcal duży obiad - 790 kcal
	MAKARON ŚWIDERKI Z SOSEM BOLOGNESE (łopatka wieprzowa), WARZYWA NA PARZE	gluten	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z TRUSKAWEK		200 ml	
WTOREK 10.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	KOŁASO Z KASZĄ BULGUR (na wywarze mięsno-warzywnym)	seler, laktoza, gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 520 kcal duży obiad - 720 kcal
	BITKI SCHABOWE Z PIECA Z ZIEMNIAKAMI SAŁATKA Z BURACZKÓW I SŁONECZNIKIEM	gluten	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z JABŁEK		200 ml	
ŚRODA 11.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	KAŁUŹKA Z KASZĄ PĘCZAK (na wywarze mięsno-warzywnym)	seler, laktoza, gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 612 kcal duży obiad - 820 kcal
	PIEROGI Z TWAROGIEM I SOSEM MIEKOCOWO-JOGURTOWYM OWOC-JABŁKO	gluten, laktoza	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z WIŚNI		200 ml	
CZWARTEK 12.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA OGÓRKOWA (na wywarze mięsno-warzywnym)	seler, laktoza, gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 541 kcal duża - 749 kcal
	KLOPSIKI DROBIOWE W SOSIE KOPERKOWYM Z ZIEMNIAKAMI, FASOLKA SZPARAGOWA	gluten, jajka, laktoza	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z TRUSKAWEK		200 ml	
PIĄTEK 13.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA OWOCOWA Z MAKARONEM	gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 550 kcal duża - 740 kcal
	RYBA Z PIECA (MIRUNA) Z ZIEMNIAKAMI SURÓWKĄ Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ Z KOPERKIEM	gluten, laktoza	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z TRUSKAWEK I JABŁEK		200 ml	

MARZEC

PONIEDZIAŁEK 16.03.2026				
OBIAD		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
	ŻUREK Z JAJKIEM (na wywarze mięsno-warzywnym)	seler, laktoza, gluten, jajka	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 530 kcal duży obiad - 720 kcal
	RYŻ ZAPIEKANY Z JABŁKIEM I BRZOSKIWNIA Z SOSEM DWO-CYNAMONOWYM OWOC - JABŁKO	laktoza	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z WIŚNI		200 ml	
WTOREK 17.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIAKAMI (na wywarze mięsno-warzywnym)	gluten, seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 560 kcal duży obiad - 780 kcal
	KOTLET SMAŻONY (schab) Z ZIEMNIAKAMI MARCHEWKA Z GROSZKIEM	gluten , jajka	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z AGRESTU		200 ml	
ŚRODA 18.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	PA Z FASOLKI SZPARAGOWEJ (na wywarze mięsno-warzywnym)	seler, laktoza, gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 510 kcal duży obiad - 720 kcal
	FILET Z KURCZAKA W SOSIE CHIŃSKIM NA MLECZKU KOKOSOWYM Z RYŻEM PARABOLICZNYM (cebula, marchew, por, seler, kielki limbusa, ananas) OWOC- JABŁKO	seler	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z TRUSKAWEK		200 ml	
CZWARTEK 19.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	EMNIA CZANA (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Laktoza, Gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 532 kcal duża - 743 kcal
	GOŁĄBK I ACZEJ (ŁOPATKA, MARCHEW, KAPUSTA, RYŻ) W SOSIE POMIDOROWYM Z ZIEMNIAKAMI KALAFIOR NA PARZE	gluten	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT ZE ŚLIWEK		200 ml	
PIĄTEK 20.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	KALAFIOROWO-BROKUŁOWA (na wywarze mięsno-warzywnym)	seler, laktoza, gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 568 kcal duża - 768 kcal
	RYBA Z PIECA (MORSZCZUK) Z ZIELONĄ PIETRUSZKĄ Z ZIEMNIAKAMI SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z KOPERKIEM	gluten	mała - 300 g duża - 400g	
	KOMPOT Z TRUSKAWEK		200 ml	

MARZEC

MARZEC				
PONIEDZIAŁEK 23.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	PA GROCHOWA (na wywarze mięsno-warzywnym)	seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 580 kcal duży obiad - 790 kcal
	PIEROGI Z MIĘSEM I DUSZONĄ CEBULĄ SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY	gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z AGRESTU		200 ml	
WTOREK 24.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	SOLNIK Z KASZĄ KUS KUS (na wywarze mięsno-warzywnym)	laktoza, gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 530 kcal duży obiad - 725 kcal
	PIECZEŃ ZE SCHABU W SOSIE WŁASNYM Z ZIEMNIAKAMI ĆWIKŁA Z CHRZANEM	gluten, laktoza	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z WIŚNI		200 ml	
ŚRODA 25.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	MIĘSO Z ZIELONYCH WARZYW (na wywarze mięsno-warzywnym)	laktoza, gluten	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 570 kcal duży obiad - 730 kcal
	CHILLI CON CARNE (mięso mielone- łopatka, fasola czerwona, kukurydza, cebula, pomidory i przecier pomidorowy) Z MIĘSAMI PARABOLICZNYMI OWOC - JABŁKO	gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z TRUSKAWEK		200 ml	
CZWARTEK 26.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	ZUPA MINOSTRONE (włoska zupa warzywnowa) (na wywarze mięsno-warzywnym)	seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 560 kcal duża - 760 kcal
	NALEŚNIKI Z JABŁKIEM, TWAROGIEM SOSEM TRUSKAWKOWYM OWOC - JABŁKO	gluten, jajko, laktoza	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT ZE ŚLIWEK		200 ml	
PIĄTEK 27.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	PIEROGI DOROWA Z MAKARONEM (na wywarze mięsno-warzywnym)	gluten, seler	mała - 250 ml duża - 300 ml	mała - 535 kcal duża - 728 kcal
	RYBA Z PIECA (MINTAJ) Z ZIEMNIAKAMI SURÓWKA Z KOLOROWYCH WARZYW (marchew, kapusta, rzodkiewka i pietruska)	gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z JABŁEK I GRUSZEK		200 ml	

MARZEC

MARZEC				
PONIEDZIAŁEK 30.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	SAŁATA OGÓRKOWA (na wywarze mięsno-warzywnym)	Seler, Gluten, Laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 540 kcal duży obiad - 785 kcal
	RYŻ ZAPIEKANY Z SOSEM MIEKOWYM OWOC- JABŁKO	laktoza, gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z OWOCÓW MIESZANYCH		200 ml	
WTOREK 31.03.2026		ALERGENY	GRAMATURA	KALORYCZNOŚĆ
OBIAD	SAŁATA KOPERKOWA (na wywarze mięsno-warzywnym)	gluten, laktoza	mała - 250 ml duża - 300 ml	mały obiad - 530 kcal duży obiad - 725 kcal
	BITKI (SCHAB) W SOSIE WŁANYM Z ZIEMNIAKAMI I SURÓWKA Z BURACZKÓW	gluten	mała – 300 g duża – 400g	
	KOMPOT Z TRUKAWEK I WIŚNI		200 ml	