

📅 **Poniedziałek** 19.10.2026

OBIAD

Zupa z soczewicy i marchewki

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, soczewica czerwona, nasiona suche, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, majeranek

Curry z pieczonym batatem i warzywami, ryż basmati

Składniki: bataty, ryż basmati, mleczko kokosowe, pomidory w puszcze krojone, śmietana 18% (z mleka), soczewica czerwona, nasiona suche, cebula, olej rzepakowy, imbir świeży, sól biała, curry, pieprz, kolendra mielona, mleko krowie, 2% tłuszczu

Jabłko

📅 **Wtorek** 20.10.2026

OBIAD

Zupa kalafiorowa

Składniki: woda, kalafior, marchew, ziemniaki, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, mleko krowie, 2% tłuszczu, śmietana 18% (z mleka), por, koperek, sól biała, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron pełnoziarnisty z sosem bolognese

Składniki: wieprzowina łopatka, makaron pełnoziarnisty (pszenica), pomidor, marchew, seler korzeniowy, cebula, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, 30%, czosnek

Gruszka

📅 **Środa** 21.10.2026

OBIAD

Krem z brokuła

Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, podudzie z kurczaka ze skórą, marchew, seler korzeniowy, śmietana 18% (z mleka), pietruszka, korzeń, por, sól biała, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony

Śmietana 18% (z mleka)

Mandarynki

Pierogi z jabłkiem i brzoskwinią

Składniki: mąka pszenna, typ 450, jabłka suszone, brzoskwinia, jaja kurze całe

📅 **Czwartek** 22.10.2026

OBIAD

Krupnik z kaszą pęczak

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza jęczmienna, pęczak, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Gulasz wieprzowy

Składniki: wieprzowina karkówka, przecier pomidorowy, marchew, cebula, olej rzepakowy

Surówka z buraczków z cebulką

Składniki: burak, cebula, cytryna, olej rzepakowy

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Nektarynka

📅 **Piątek** 23.10.2026

OBIAD

Zupa pomidorowa z makaronem

Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, makaron pszenny bezjajeczny, skrzydło indyka, śmietana 12% (z mleka), pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, mleko krowie, 2% tłuszczu, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, liść laurowy, ziele angielskie

Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki rybne mrożone (pszenica, ryba)

Surówka z kapusty kiszonej z marchewką

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Jabłko