



PONIEDZIAŁEK
21.09.2026

ŚNIADANIE

Pieczywo pszenno-żytnie i razowe, (dieta – pieczywo bezglutenowe), masło, szynka drobiowa, ogórki małosolne, kakao lub herbata z cytryną

(1a, 1b, 1e, 7)

II ŚNIADANIE

Banany, mleko lub herbata owocowa

(7)

OBIAD

Zupa ziemniaczana zabieleną z natką, makaron (dieta – makaron bezglutenowy) z bazyliowo pomidorowym pesto i tartym parmezanem, surówka z tartej marchewki z jabłkami i świeżym ananase, kompot porzeczkowy z rodzynkami, woda mineralna

(1a, 3, 7, 9)

PODWIECZOREK

Rogal mleczny z masłem, ogórki zielone, herbata

(1a, 7)

WTOREK
22.09.2026

ŚNIADANIE

Pieczywo pszenno-żytnie i razowe, (dieta – pieczywo bezglutenowe), masło, pieczona pierś z indyka (własny wyrób), zupa mleczna owsianka, ogórki zielone, herbata

(1a, 1b, 1d, 1e, 7)

II ŚNIADANIE

Jogurt naturalny, gruszki, herbata

(7)

OBIAD

Barszcz czerwony zabieleny z makaronem razowym (dieta – makaron bezglutenowy), klopsiki alla gołąbki z brązowym ryżem, sos pomidorowy, ziemniaki z koperkiem, sałata lodowa z pomidorami, papryką i rzodkiewką w sosie winegret, kompot truskawkowy, woda mineralna

(1a, 3, 7, 9, 10)

PODWIECZOREK

Mus owocowy bez cukru w tubce, wafle ryżowe, herbata

(1a, 3, 7)

ŚRODA
23.09.2026

ŚNIADANIE

Dzień wegetariański. Pieczywo pszenno-żytnie i razowe, (dieta – pieczywo bezglutenowe), masło, jajecznica ze szczypiorkiem, pomidory, mleko lub herbata

(1a, 1b, 1e, 3, 7)

II ŚNIADANIE

Zielone smoothies (szpinak baby, awokado, banan, sok jabłkowy), andruty, herbata

(1a)

OBIAD

Obiad strączkowy wegetariański: Zupa pomidorowa z ryżem i natką, pierogi z soczewicą i suszonymi pomidorami polane cebulką smażoną na maśle, bukiet warzyw na parze, sok jabłkowo pomarańczowy, woda mineralna

(1a, 7, 9)

PODWIECZOREK

Skyr owocowy do picia, jabłko, herbata

(7)

CZWARTEK
24.09.2026

ŚNIADANIE

Pieczywo pszenno-żytnie i razowe, (dieta – pieczywo bezglutenowe), masło, polędwica parzona, twarożek z rzodkiewką, ogórki zielone, kakao lub herbata

(1a, 1b, 1e, 7)

II ŚNIADANIE

Salatka warzywna (ogórek zielony, papryka żółta, kalarepa, rzodkiewki) z chrupiącymi buraczkami, kakao lub herbata

(7)

OBIAD

Krem z batatów i marchewki z prażonym słonecznikiem, kurczak pieczony w sosie, ziemniaki z koperkiem, surówka z białej kapusty z jabłkami, marchewką i natką, kompot owocowy z daktylami, woda mineralna

(1a, 3, 7, 9)

PODWIECZOREK

Koktajl owocowy na jogurcie sojowym, śliwki, herbata

(6)

PIĄTEK
25.09.2026

ŚNIADANIE

Bułka grahamka, (dieta – pieczywo bezglutenowe), masło, mozzarella z bazylią, pasta z tuńczyka, pomidory, kakao na mleku ryżowym lub herbata

(1a, 1b, 1e, 4, 7)

II ŚNIADANIE

Budyń czekoladowy na mleku ryżowym, borówki, herbata

(1a)

OBIAD

Krupnik z kaszy jęczmiennej z natką (dieta – z kaszy jaglanej), filet z miruny w panierce (dieta – panierka bezglutenowa), ziemniaki z koperkiem, surówka wielowarzywna z warzywami korzeniowymi i kapustą włoską z jogurtem, kompot jabłkowy, woda mineralna

(1a, 1c, 3, 4, 7, 9)

PODWIECZOREK

Chrupki kukurydziane, nektarynki, mleko lub herbata

**LEGENDA
ALERGENY**

1. Produkt zawiera gluten:
a-pisenny, b-żytni, c-żyźmienny, d-owsiany, e-orkiszowy,
2. Produkt zawiera skorupki
3. Produkt zawiera jaja

4. Produkt zawiera ryby
5. Produkt zawiera orzechy ziemne arachidowe
6. Produkt zawiera soję
7. Produkt zawiera mleko

8. Produkt zawiera orzechy z drzew:
a-migdały, b-laskowe, c-włoskie, d-nerkowca, e-pekany,
f-brazylijskie, g-pistacjowe, h-macadamia, i-queenland
9. Produkt zawiera seler
10. Produkt zawiera gorczyce

11. Produkt zawiera nasiona sezamu
12. Produkt zawiera dwutlenek siarki
13. Produkt zawiera lubin
14. Produkt zawiera młeczaki

Intendent:
Jolanta Kowalewska

