

 26.01.2026

Poniedziałek

Obiad

Spaghetti z sosem bolognese
posypyany żółtym serem 220 g

Składniki: wieprzowina łopatką, marchew, makaron spaghetti (semolina z **pszenicy** durum), koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, pietruszka, korzeń, **seler** naciowy, cebula, czosnek, ser edamski (**mleko**, sól, chlorek wapnia, kultury bakterii mlekowych)

Kompot owocowy 180 ml

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Krupnik z kaszą jęczmienną wiejską 300 ml

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza **jęczmienna** wiejska (kasza **jęczmienna** gruba, produkt może zawierać **pszenicę**, **owies** lub **żyto**), porcja rosółowa z kurczaka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, pieprz, sól biała, liść lauowy, ziele angielskie

Energia: 551 kcal

 27.01.2026

Wtorek

Obiad

Kurczak po indyjsku z ryżem 150 g

Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, ryż jaśminowy długoziarnisty, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, mleczko kokosowe, czosnek, olej rzepakowy, przyprawa ziołowa, pieprz, sól biała

Papryka słupki 30 g

Składniki: papryka czerwona

Ogórek słupki 30 g

Składniki: ogórek

Kompot owocowy 180 ml

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Zupa porowa 300 g

Składniki: ziemniaki, por, porcja rosółowa z kurczaka, marchew, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej) (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, pieprz, ziele angielskie

Energia: 558 kcal

 28.01.2026

Środa

Obiad

Filet z kurczaka panierowany z otrębami i płatkami kukurydzianymi, ziemniaki 200 g

Składniki: ziemniaki, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), otręby **pszenne**, płatki kukurydziane, mąka **pszenna**, typ 450

Surówka z marchewki i jabłka 60 g

Składniki: marchew, jabłko

Salata masłowa ze śmietaną i cebulką 45 g

Składniki: sałata, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej) (z **mleka**), cebula

Kompot owocowy 180 ml

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 ml

Składniki: ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, porcja rosółowa z kurczaka, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej) (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, pieprz, liść lauowy, sól biała, ziele angielskie

Energia: 528 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

 29.01.2026

Czwartek

Obiad

Pierogi ruskie (ziemniaki gotowane, mąka **pszenna**, woda, ser twarogowy półtłusty krowi 12%, cebula, tłuszcz rzepakowy i wieprzowy, **jaja** kurze, sól, skrobia ziemniaczana, pieprz czarny, mąka łubinowa) 200 g

Jogurt naturalny (**mleko** pasteryzowane, kultury bakterii jogurtowych) 10 g

Surówka z kapusty kiszonej z marchewką i cebulką 80 g

Składniki: kapusta kiszona, marchew, cebula

Kompot owocowy 180 ml

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Żurek z kielbasą i ziemniakami 300 ml

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kielbasa słowiańska (mięso wieprzowe 82%, woda, skrobia ziemniaczana, białko **sojowe**, e262, e451, glukoza, e316, sól, e621,przyprawy, dekstroza, błonnik bambusowy, e250, jelita wieprzowe, produkt może zawierać **seler**, **gorczycę**, laktozę lub **gluten**)), śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej) (z **mleka**), porcja rosółowa z kurczaka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, liść lauowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała

Energia: 563 kcal

 30.01.2026

Piątek

Obiad

Makaron z twarogiem i śmietaną 220 g

Składniki: makaron świderki (semolina z **pszenicy** durum), ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej) (z **mleka**), truskawki, mrożone, jogurt naturalny (**mleko** pasteryzowane, kultury bakterii jogurtowych), cukier puder, cynamon

Herbata owocowa 180 ml

Składniki: woda, herbata owocowa, cukier

Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml

Składniki: ziemniaki, marchew, fasolka szparagowa, mrożona, groszek zielony, mrożony, kalafior, mrożony, porcja rosółowa z kurczaka, śmietana 12% (śmietanka, żywe kultury bakterii fermentacji mlekowej) (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, koperek, por

Energia: 519 kcal