

 07.09.2026

Poniedziałek

Obiad

Zupa kalafiorowa z ziemniakami na
wywarze warzywnym 350 ml

Składniki: woda, ziemniaki, kalafior, mrożony, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, przyprawy, mąka **pszenna** uniwersalna

Spaghetti z sosem bolońskim z
wieprzowiną 220 g

Składniki: makaron bezjajeczny z semoliny (semolina z **pszenicy** twardej), wieprzowina łopatką, pomidory w puszcze krojone, olej rzepakowy, marchew, koncentrat pomidorowy, 30%, pietruszka, korzeń, przyprawy

Surówka z białej kapusty z porem i
jabłkiem 80 g

Składniki: kapusta biała, marchew, jabłko, por, olej rzepakowy, sól biała, cukier, natka pietruszki

Woda z miętą 200 ml

Składniki: woda, mięta

 08.09.2026

Wtorek

Obiad

Zupa barszcz czerwony z
ziemniakami 350 ml

Składniki: woda, ziemniaki, burak, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, kurczak, tuszka, olej rzepakowy, przyprawy, por, kaczka, tuszka, mąka **pszenna** uniwersalna, koncentrat barszczu czerwonego (zagęszczony sok z buraków ćwikłowych (57%), woda, cukier, sól, kwas cytrynowy, warzywa i ekstrakty warzywne (zawierają **seler**), przyprawy i ekstrakty przypraw), czosnek

Pampuchy drożdżowe 3szt. 150 g

Składniki: pampuchy drożdżowe (mąka **pszenna**, woda, **jaja**, olej rzepakowy, serwatka w proszku (z **mleka**), cukier, drożdże suszone, sól)

Polewa jogurtowo - porzeczkowa
80 g

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), porzeczki czarne, mrożone, cukier

Surówka z marchewki z pestkami
dyni 40 g

Składniki: marchew, olej rzepakowy, dynia, pestki, tuskane, sok cytrynowy 100%, cukier, sól biała

Woda z cytryną 200 ml

Składniki: woda, cytryna

 09.09.2026

Środa

Obiad

Krem z zielonego groszku na
wywarze warzywnym 350 ml

Składniki: woda, ziemniaki, groszek zielony, mrożony, marchew, cebula, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, przyprawy, mąka **pszenna** uniwersalna

Grzanki 13 ml

Składniki: bułka **pszenna** wrocławska (weka) (mąka **pszenna**, woda, o drożdże, cukier, sól), chleb mieszany (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, drożdże, sól), olej rzepakowy, przyprawy

Nuggetsy z morszczuka w panko 80 g

Składniki: nuggetsy z **morszczuka** w panko (filety z **morszczuka**, panierka panko (bułka tarta [mąka **pszenna** , woda, drożdże, sól, ekstrakty przypraw], olej słonecznikowy, woda, skrobia, mąka **pszenna**, sól)

Ziemniaki z koperkiem 150 g

Składniki: ziemniaki, koperek

Salata z dipem jogurtowo -
czosnkowym 60 g

Składniki: sałata lodowa, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), czosnek, przyprawy

Kompot jabłkowy 200 g

Składniki: woda, jabłko

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

 10.09.2026

Czwartek

Obiad

Rosół z makaronem 350 ml

Składniki: woda, makaron bezjajeczny z semoliny (semolina z **pszenicy** twardej), kurczak, tuszka, marchew, por, cebula, kaczka, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, przyprawy, natka pietruszki

Pierś z kurczaka w panierce razowej
80 g

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), olej rzepakowy, otręby **pszenne**, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna** uniwersalna, przyprawy

Ziemniaki z koperkiem 150 g

Składniki: ziemniaki, koperek

Fasolka szparagowa i mini
marchew na parze 80 g

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, mini marchewki, olej rzepakowy

Woda z cytryną 200 ml

Składniki: woda, cytryna

 11.09.2026

Piątek

Obiad

Żurek z jajkiem i ziemniakami 350 ml

Składniki: woda, ziemniaki, zakwas na żurek (woda, mąka **żytnia**, czosnek, liście laurowe, ziarna ziela angielskiego), **jaja** kurze całe, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, cebula, marchew, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, kaczka, tuszka, mąka **pszenna** uniwersalna, przyprawy, czosnek

Leczo z soczewicą 160 g

Składniki: woda, cukinia, marchew, papryka czerwona, soczewica czerwona, nasiona suche, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, pietruszka, korzeń, pomidory w puszcze krojone, cebula

Ryż paraboliczny 160 g

Składniki: woda, ryż biały

Woda z miętą 200 ml

Składniki: woda, mięta



 14.09.2026

Poniedziałek

Obiad

Zupa pomidorowa z zacierką 350 ml

Składniki: woda, marchew, zacierka **jajeczna** (mąka **pszenna**, **jaja**, kurkuma), koncentrat pomidorowy, 30%, śmietana 18% (z **mleka**), cebula, por, olej rzepakowy, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, kurczak, tuszka, przyprawy, kaczka, tuszka

Kotlet pożarski 80 g

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, bułka **pszenna** wrocławska (weka) (mąka **pszenna**, woda, o drożdże, cukier, sól), cebula, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, marchew, pietruszka, korzeń, ziemniaki, przyprawy

Ziemniaki z koperkiem 150 g

Składniki: ziemniaki, koperek

Surówka z kapusty pekińskiej z dipem szczypiorkowym 80 g

Składniki: kapusta pekińska, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), marchew, olej rzepakowy, szczypiorek, sól biała, cukier, natka pietruszki

Woda z cytryną 200 ml

Składniki: woda, cytryna

 15.09.2026

Wtorek

Obiad

Kapuśniak z kiszzonej kapusty na wywarze warzywnym z ziemniakami 350 ml

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), marchew, olej rzepakowy, cebula, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, mąka **pszenna** uniwersalna, przyprawy, por

Makaron 160 g

Składniki: woda, makaron bezjajeczny z semoliny (semolina z **pszenicy** twardej)

Warzywa z fasolką adzuki 160 g

Składniki: marchew, papryka czerwona, fasolka adzuki, por, kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), olej rzepakowy, cebula, czosnek

Kompot wieloowocowy 200 ml

Składniki: woda, mieszanka kompotowa, mrożona (winogrono, jabłko, czerwona porzeczka, śliwki, czarna porzeczka, truskawka), jabłko, cukier

 16.09.2026

Środa

Obiad

Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml

Składniki: woda, kasza **jęczmienna**, wiejska, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, kurczak, tuszka, olej rzepakowy, przyprawy, kaczka, tuszka, natka pietruszki

Kluski śląskie 150 g

Składniki: ziemniaki, skrobia ziemniaczana, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, sól biała

Sos z szynki wieprzowej 120 g

Składniki: wieprzowina szynka surowa, koncentrat pomidorowy, 30%, marchew, cebula, olej rzepakowy, czosnek, mąka **pszenna** uniwersalna, przyprawy

Surówka z buraczków 80 g

Składniki: burak, olej rzepakowy, cebula, przyprawy

Woda z cytryną 200 ml

Składniki: woda, cytryna

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

 17.09.2026

Czwartek

Obiad

Zalewajka z kielbaską wieprzową i ziemniakami 350 ml

Składniki: woda, ziemniaki, zakwas na żurek (woda, mąka **żytnia**, czosnek, liście laurowe, ziarna ziela angielskiego), kielbasa śląska, śmietana 18% (z **mleka**), cebula, marchew, kurczak, tuszka, olej rzepakowy, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, kaczka, tuszka, mąka **pszenna** uniwersalna, przyprawy

Ryż z jabłkami 220 g

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, jabłko, ryż biały, masło ekstra (z **mleka**), cukier

Polewa jogurtowo-waniliowa 60 g

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), cukier z prawdziwą wanilią (cukier puder, wanilia w proszku (2,5 %), ekstrakt z wanilii (2%).)

Surówka z marchewki z sokiem z cytryny 80 g

Składniki: marchew, olej rzepakowy, sok cytrynowy 100%, cukier, sól biała

Woda z miętą 200 ml

Składniki: woda, mięta

 18.09.2026

Piątek

Obiad

Krem z dyni na wywarze warzywnym 350 ml

Składniki: woda, dynia, ziemniaki, marchew, por, olej rzepakowy, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, śmietanka 30% (z **mleka**), przyprawy, mąka **pszenna** uniwersalna

Grzanki 13 ml

Składniki: bułka **pszenna** wrocławska (weka) (mąka **pszenna**, woda, o drożdże, cukier, sól), chleb mieszany (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, drożdże, sól), olej rzepakowy, przyprawy

Miruna pieczona 80 g

Składniki: **miruna** (**ryba**), bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), olej rzepakowy, mąka **pszenna** uniwersalna, **jaja** kurze całe, przyprawy

Ziemniaki z koperkiem 150 g

Składniki: ziemniaki, koperek

Surówka z kiszzonej kapusty 80 g

Składniki: kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), marchew, olej rzepakowy, cukier, cebula

Woda z pomarańczą 200 ml

Składniki: woda, pomarańcza



 21.09.2026

Poniedziałek

Obiad

Zupa jarzynowa z brukselką 350 ml

Składniki: woda, ziemniaki, brukselka, marchew, kalafior, fasolka szparagowa, mrożona, por, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, kurczak, tuszka, mąka **pszenna** uniwersalna, kaczka, tuszka, przyprawy

Klopsik wieprzowy 80 g

Składniki: wieprzowina łopatka, bułka **pszenna** wrocławska (weka) (mąka **pszenna**, woda, o drożdże, cukier, sól), woda, cebula, olej rzepakowy, kasza manna (**pszenica**), **jaja** kurze całe

Sos koperkowy 80 g

Składniki: woda, pietruszka, korzeń, ziemniaki, mąka **pszenna** uniwersalna, śmietanka 30% (z **mleka**), ser topiony, edamski (z **mleka**), olej rzepakowy, przyprawy, sok cytrynowy 100%, koperek

Kasza jęczmienna 150 g

Składniki: woda, kasza **jęczmienna**, perłowa

Salatka szwedzka z ogórka

kiszzonego z kukurydzą 80 g

Składniki: ogórek kiszony (ogórki, woda, przyprawy: czosnek, koper, chrzan, sól), kukurydza, konserwowa (kukurydza, woda, sól), cebula, olej rzepakowy, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), przyprawy

Woda z miętą 200 ml

Składniki: woda, mięta

 22.09.2026

Wtorek

Obiad

Rosół z makaronem 350 ml

Składniki: woda, makaron bezjajeczny z semoliny (semolina z **pszenicy** twardej), kurczak, tuszka, marchew, por, cebula, kaczka, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, przyprawy, natka pietruszki

Udko pieczone z kurczaka 1 szt. 120 g

Składniki: mięso z ud kurczaka, ze skórą, olej rzepakowy, przyprawy

Ziemniaki z koperkiem 150 g

Składniki: ziemniaki, koperek

Surówka colesław 80 g

Składniki: kapusta biała, natka pietruszki, marchew, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), śmietana 18% (z **mleka**), cukier, sól biała

Woda z cytryną 200 ml

Składniki: woda, cytryna

 23.09.2026

Środa

Obiad

Krem cukiniowo-porowy na
wywarze warzywnym 350 ml

Składniki: woda, ziemniaki, cukinia, por, marchew, śmietanka 30% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, mąka **pszenna** uniwersalna, przyprawy

Grzanki 13 ml

Składniki: bułka **pszenna** wrocławska (weka) (mąka **pszenna**, woda, o drożdże, cukier, sól), chleb mieszany (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, drożdże, sól), olej rzepakowy, przyprawy

Stripsy z mintaja 80 g

Składniki: paluszki **rybne** mrożone (filety z **ryb** białych (**mintaj**), mąka **pszenna**, woda, olej rzepakowy, sól, drożdże, przyprawy)

Ziemniaki z koperkiem 150 g

Składniki: ziemniaki, koperek

Surówka z kiszonej kapusty 80 g

Składniki: kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), marchew, olej rzepakowy, cukier, cebula

Woda z miętą 200 ml

Składniki: woda, mięta

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

 24.09.2026

Czwartek

Obiad

Zupa szczawiowa z jajkiem i
ziemniakami 350 ml

Składniki: woda, ziemniaki, szczaw, **jaja** kurze całe, marchew, por, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), cebula, olej rzepakowy, kurczak, tuszka, mąka **pszenna** uniwersalna, kaczka, tuszka, przyprawy

Makaron 160 g

Składniki: woda, makaron bezjajeczny z semoliny (semolina z **pszenicy** twardej)

Sos z pieczonej papryki, pomidorów
i soczewicy 120 g

Składniki: woda, papryka czerwona, pomidory w puszcze krojone, soczewica czerwona, nasiona suche, por, olej rzepakowy, marchew, koncentrat pomidorowy, 30%, pietruszka, korzeń, cebula, czosnek, przyprawy

Salata z winegret i słonecznikiem

60 g

Składniki: sałata, olej rzepakowy, woda, słonecznik, nasiona, cebula, koperek, natka pietruszki, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), cukier, sok cytrynowy 100%, sól biała

Kompot jabłkowy 200 g

Składniki: woda, jabłko

 25.09.2026

Piątek

Obiad

Barszcz ukraiński z fasolą i
ziemniakami na wywarze
warzywnym 350 ml

Składniki: woda, burak, ziemniaki, kapusta biała, marchew, fasola biała, nasiona suche, cebula, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, przyprawy, mąka **pszenna** uniwersalna

Kopytka z białym serem i razową
bułką tartą 220 g

Składniki: ziemniaki, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna** uniwersalna, bułka tarta razowa (mąka **żytnia** razowa, mąka **pszenna** razowa, woda, drożdże, sól), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana, przyprawy

Surówka z marchewki i jabłka 40 g

Składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy, cukier, sól biała

Woda z cytryną 200 ml

Składniki: woda, cytryna



 28.09.2026

Poniedziałek

Obiad

Zupa ogórkowa z ziemniakami na
wywarze warzywnym 350 ml

Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony (ogórki, woda, przyprawy: czosnek, koper, chrzan, sól), marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, por, mąka **pszenna** uniwersalna, przyprawy

Spaghetti z sosem pomidorowym z
soją 220 g

Składniki: makaron bezjajeczny z semoliny (semolina z **pszenicy** twardej), pomidory w puszcze krojone, olej rzepakowy, granulat **sojowy** (mąka **sojowa** odtłuszczona), marchew, koncentrat pomidorowy, 30%, przyprawy, pietruszka, korzeń

Fasolka szparagowa z sezamem 80 g

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, olej rzepakowy, **sezam**, nasiona

Woda z cytryną 200 ml

Składniki: woda, cytryna

 29.09.2026

Wtorek

Obiad

Krupnik z trzech kasz (wiejska,
jaglana, manna) 350 ml

Składniki: woda, marchew, kasza **jęczmienna**, pęczak, kasza jaglana, pietruszka, korzeń, kasza manna (**pszenica**), ziemniaki, cebula, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, kurczak, tuszka, kaczka, tuszka, przyprawy

Frykadelka z piersi kurczaka z
pieczoną papryką 80 g

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, udko trybowane bez skóry, papryka czerwona, woda, olej rzepakowy, bułka **pszenna** wrocławska (weka) (mąka **pszenna**, woda, o drożdże, cukier, sól), marchew, **jaja** kurze całe, pietruszka, korzeń, przyprawy

Ziemniaki z koperkiem 150 g

Składniki: ziemniaki, koperek

Mizeria 80 g

Składniki: ogórek, śmietana 18% (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii), koperek, szczypiorek, sól biała, sok cytrynowy 100%, cukier

Kompot wieloowocowy 200 ml

Składniki: woda, mieszanka kompotowa, mrożona (winogrono, jabłko, czerwona porzeczka, śliwki, czarna porzeczka, truskawka), jabłko, cukier

 30.09.2026

Środa

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem
350 ml

Składniki: woda, makaron bezjajeczny z semoliny (semolina z **pszenicy** twardej), marchew, koncentrat pomidorowy, 30%, śmietana 18% (z **mleka**), cebula, por, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, kurczak, tuszka, olej rzepakowy, przyprawy, kaczka, tuszka

Filety z miruny w cieście 80 g

Składniki: filety z **miruny** w cieście (filet z białej ryby: **miruna**, mąka ryżowa, mąka **pszenna**, olej rzepakowy, woda, sól, cukier, pieprz), olej rzepakowy

Ziemniaki z koperkiem 150 g

Składniki: ziemniaki, koperek

Brokuły z kalafiolem na parze 80 g

Składniki: brokuły, mrożone, kalafior, mrożony, olej rzepakowy, przyprawy

Woda z cytryną 200 ml

Składniki: woda, cytryna

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

Dzień wolny

Dzień wolny

