

 Poniedziałek 19.01.2026

OBIAD

- 250g

Pierogi ruskie
Składniki: mąka pszenna, typ 450, ziemniaki, ser twarogowy półtłusty (z mleka), cebula, masło ekstra (z mleka), jaja kurze całe, sól biała
- 100g

Surówka z białej kapusty, pora i jabłka
Składniki: kapusta biała, jabłko, por, olej rzepakowy
- 250ml

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Energia: 579 kcal

 Środa 21.01.2026

OBIAD

- 100g

Kotlet schabowy
Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże), olej rzepakowy, jaja kurze całe
- 180g

Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała
- 100g

Surówka z buraczków z jabłkiem
Składniki: burak, jabłko, olej rzepakowy, cebula
- 250ml

Kompot z owoców mieszanych
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Energia: 601 kcal

 Piątek 23.01.2026

OBIAD

- 100g

Paluszki rybne pieczone
Składniki: paluszki rybne mrożone (pszenica, ryba)
- 180g

Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała
- 100g

Surówka z kapusty kiszonej z marchewką
Składniki: kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), marchew, cebula, olej rzepakowy
- 250ml

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Energia: 499 kcal

 Wtorek 20.01.2026

OBIAD

- 300ml

Zupa pomidorowa z makaronem
Składniki: woda, makaron bezjajeczny z semoliny, gotowany (semolina z pszenicy twardej), passata pomidorowa (przecier pomidorowy, sól), marchew, śmietanka 30% (z mleka), porcja rosółowa, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- 70g

Pulpety z kurczaka
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, mąka pszenna, typ 450, jaja kurze całe, bułki pszenne zwykłe (mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier), sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- 70g

Chleb pszenny
Składniki: mąka pszenna, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Energia: 434 kcal

 Czwartek 22.01.2026

OBIAD

- 300ml

Zupa ogórkowa z ziemniakami
Składniki: ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, śmietanka 30% (z mleka), kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, natka pietruszki, wieprzowina żeberka, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- 70g

Pierś z kurczaka gotowana
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy
- 70g

Chleb pszenny
Składniki: mąka pszenna, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Energia: 467 kcal