

 Poniedziałek 16.02.2026

OBIAD

- 250g

Kopytka okraszone kielbasą i cebulą
Składniki: ziemniaki, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana, cebula, olej rzepakowy, kielbasa śląska
- 100g

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

Kompot wieloowocowy
Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Energia: 575 kcal

 Środa 18.02.2026

OBIAD

- 100g

Udko z kurczaka pieczone
Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy
- 200g

Ryż biały gotowany
Składniki: ryż biały, masło ekstra (z **mleka**), sól biała
- 100g

Marchewka gotowana z masłem
Składniki: marchew, mrożona, masło ekstra (z **mleka**)
- 250ml

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

Energia: 562 kcal

 Piątek 20.02.2026

OBIAD

- 100g

Filet z miruny w cieście
Składniki: filet z **miruny** mrożonej (**ryba**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, sól biała, pieprz
- 200g

Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała
- 100g

Surówka Colesław
Składniki: kapusta biała, marchew, cebula, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), śmietana 18% (z **mleka**), cytryna, cukier, sól biała, pieprz
- 250ml

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

Energia: 523 kcal

 Wtorek 17.02.2026

OBIAD

- 300ml

Zupa gołąbkowa
Składniki: woda, kapusta włoska, passata pomidorowa (przecier pomidorowy, sól), mięso mielone wieprzowo- wołowe (mięso wieprzowe 55%, mięso wołowe 45%), marchew, cebula, ryż biały, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek
- 70g

Pulpety wieprzowe
Składniki: wieprzowina łopatka, mąka **pszenna**, typ 450, cebula, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe (mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- 70g

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

Energia: 571 kcal

 Czwartek 19.02.2026

OBIAD

- 300ml

Zupa ogórkowa z ziemniakami
Składniki: ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, śmietanka 30% (z **mleka**), porcja rosołowa, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, 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: 464 kcal