

 **14.10.2024** (poniedziałek)▶ **Obiad (582kcal)**

Krupnik z kaszą pęczak 400g (243 kcal)	1 porcja
Kotlet drobiowy w panierce 100g (206 kcal)	1 porcja
Ziemniaki puree 200g (68 kcal)	1 porcja
Mizeria z szczypiorkiem i jogurtem naturalnym 100g (32 kcal)	1 porcja
Kompot 200ml (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,9*

 **15.10.2024** (wtorek)▶ **Obiad (416kcal)**

Bulion wołowy z zacierkami 400g (128 kcal)	1 porcja
Surówka z jabłkiem , marchewką , jogurtem naturalnym 100g (37 kcal)	1 porcja
Ziemniaki puree 200g (104 kcal)	1 porcja
Kompot 200ml (33 kcal)	1 porcja
Potrąwka z gotowanej wołowiny 100g (114 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

 **16.10.2024** (środa)▶ **Obiad (484kcal)**

Zupa porowa z ziemniakami 400g (91 kcal)	1 porcja
Risotto z mięsem z warzywami 280g (219 kcal)	1 porcja
Sos pomidorowy 80g (43 kcal)	1 porcja
Surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem 100g (98 kcal)	1 porcja
Kompot 200ml (33 kcal)	1 porcja

Alergeny 1,3,7,9

**17.10.2024** (czwartek)**► Obiad (502kcal)**

Zupa koperkowa z makaronem 400g (95 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem 200g (68 kcal)	1 porcja
Salatka wielowarzywna 100g (36 kcal)	1 porcja
Bitki duszone ze schabu 70g (270 kcal)	1 porcja
Kompot 200ml (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

**18.10.2024** (piątek)**► Obiad (489kcal)**

Barszcz ukraiński 400g (170 kcal)	1 porcja
Pierogi ruskie 250g (286 kcal)	1 porcja
Kompot 200ml (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,7,9*

**21.10.2024** (poniedziałek)**► Obiad (588kcal)**

Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (65 kcal)	1 porcja
Makaron pełnoziarnisty 150g (95 kcal)	1 porcja
Gulasz wieprzowy 160g (219 kcal)	1 porcja
Salatka z sałaty lodowej z marchewką 100g (24 kcal)	1 porcja
Kompot 200g (33 kcal)	1 porcja
Ciastka sante (152 kcal)	1 porcja

Alergeny 1,3,7,9,*

**22.10.2024** (wtorek)**► Obiad (507kcal)**

Zupa z zielonego groszku 400g (77 kcal)	1 porcja
Drobiowe pulpety w sosie ze świeżych pomidorów 100 g (98 kcal)	1 porcja
Surówka z buraka 100g (131 kcal)	1 porcja
Kasza jęczmienna 150g (168 kcal)	1 porcja
Kompot 200ml (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,7,9*

**23.10.2024** (środa)**► Obiad (544kcal)**

Kapuśniak z pomidorami 400g (64 kcal)	1 porcja
Kluski leniwe z masłem i cukrem trzcinowym 210g (393 kcal)	1 porcja
Kompot 200ml (33 kcal)	1 porcja
Mus 100% banan jabłko Kubuś (54kcal)	1 sztuka (100g)

ALERGENY 1,3,7,9*

**24.10.2024** (czwartek)**► Obiad (433kcal)**

Zupa pomidorowa 400g (75 kcal)	1 porcja
Kotlet schabowy 100g (176 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem 200g (68 kcal)	1 porcja
Surówka z czerwonej kapusty 100g (81 kcal)	1 porcja
Kompot 200ml (33 kcal)	1 porcja

Alergeny 1,3,7,9,*



25.10.2024 (piątek)

▶ **Obiad (454kcal)**

Zupa grochowa z makaronem 400g (189 kcal)	1 porcja
Chrupiący kotlecik rybny z mintaja 100g (95 kcal)	1 porcja
Ziemniaki z koperkiem i masłem 200g (68 kcal)	1 porcja
Surówka z selera z ogórkiem kiszonym i kukurydzą 100g (69 kcal)	1 porcja
Kompot 200ml (33 kcal)	1 porcja

ALERGENY 1,3,4,7,9*