

 **Środa** 02.09.2026**OBIAD**

300ml **Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z ryżem**
Składniki: woda, koncentrat pomidorowy, 30%, ryż biały, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

60g **Bułki kajzerki (pszenica)**

 **Piątek** 04.09.2026**OBIAD**

100g **Kotlet mielony z morszczuka**
Składniki: **morszczuk** świeży (**ryba**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), cebula, bułki **pszenne** zwykłe, sól biała, pieprz

175g **Ziemniaki gotowane**
Składniki: ziemniaki, sól biała

110g **Surówka z kapusty kiszonej**
Składniki: kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy, cukier, sól biała, pieprz

 **Poniedziałek** 07.09.2026**OBIAD**

300ml **Zupa ogórkowa na wywarze warzywnym**
Składniki: woda, ogórek kiszony, ziemniaki, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

60g **Bułki kajzerki (pszenica)**

 **Środa** 09.09.2026**OBIAD**

250g **Ziemniaki**

100g **Filet z kurczaka panierowany**
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz

100g **Surówka wielowarzywna**
Składniki: kapusta włoska, marchew, jabłko, por, papryka czerwona, olej rzepakowy, koperek

 **Czwartek** 03.09.2026**OBIAD**

250g **Spaghetti bolognese**
Składniki: makaron **pszenny** dwujajeczny, gotowany, wieprzowina łopatką, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, cebula

 **Wtorek** 08.09.2026**OBIAD**

150g **Gulasz wieprzowy w sosie pomidorowym**
Składniki: wieprzowina szynka surowa, woda, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, mąka **pszenna**, typ 450

250g **Kasza jęczmienna, pęczak**

100g **Ogórek kiszony**

 **Czwartek** 10.09.2026**OBIAD**

250g **Ryż biały**

170g **Fasola biała w sosie pomidorowym**
Składniki: woda, przecier pomidorowy, cebula, fasola biała, nasiona suche, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, ziele angielskie, papryka słodka, majeranek, pieprz, kmin rzymski, kolendra, nasiona, liść laurowy

📅 **Piątek** 11.09.2026

OBIAD

250g **Ziemniaki**

100g **Filet z miruny w cieście**

Składniki: filet z **miruny** mrożonej (**ryba**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

110g **Kapusta zasmażana**

Składniki: kapusta biała, cebula, marchew, koperek, masło ekstra (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, czosnek, cukier, sól biała, pieprz