

📅

Poniedziałek 23.02.2026

OBIAD

Żurek z ziemniakami

Składniki: 200ml woda, 100g ziemniaki, 15g marchew, 12g śmietana 18% (z **mleka**), 10g zakwas na żurek (**żyto**), 8g boczek wędzony bez kości, 5g pietruszka, korzeń, 5g **seler** korzeniowy, 5g kurczak, tuszka, 4g por, 4g kielbasa śląska, 4g natka pietruszki, 3g żeberka wieprzowe wędzone, 0g sól biała, 0g liść laurowy, 0g ziele angielskie, 0g pieprz

Bułki kajzerki (**pszenica**)

📅

Środa 25.02.2026

OBIAD

Ziemniaki gotowane

Składniki: 250g ziemniaki, 0g sól biała

Kotlet mielony wieprzowy

Składniki: 120g wieprzowina łopatką, 25g bułka tarta (**pszenica**), 20g olej rzepakowy, 10g cebula, 5g **jaja** kurze całe, 2g bułki **pszenne** zwykłe, 0g sól biała, 0g pieprz

Surówka z kapusty kiszonej

Składniki: 120g kapusta kiszona, 11g cebula, 3g olej rzepakowy, 1g cukier, 0g sól biała, 0g pieprz

📅

Piątek 27.02.2026

OBIAD

Makaron penne w sosie pomidorowym

Składniki: 250g makaron **pszenny** dwujajeczny, 30g marchew, 30g pietruszka, korzeń, 30g ser gouda tłusty (z **mleka**), 20g koncentrat pomidorowy, 30%, 20g śmietana 18% (z **mleka**)

📅

Wtorek 24.02.2026

OBIAD

Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana

Bitki wieprzowe w sosie

Składniki: 150g wieprzowina szynka surowa, 25g cebula, 12g olej rzepakowy, 9g śmietana 18% (z **mleka**), 7g mąka **pszenna**, typ 450, 0g sól biała, 0g pieprz

Ogórek kiszony

📅

Czwartek 26.02.2026

OBIAD

Ryż biały gotowany

Składniki: 100g ryż biały, 1g masło ekstra (z **mleka**), 0g sól biała

Potrawka z kurczaka

Składniki: 100g kurczak, tuszka, 12g marchew, 6g **seler** korzeniowy, 6g pietruszka, korzeń, 6g śmietana 18% (z **mleka**), 2g masło ekstra (z **mleka**), 2g mąka **pszenna** typ 500, z witaminami

📅 **Poniedziałek** 02.03.2026

OBIAD

Zupa ogórkowa z ziemniakami

Składniki: 200g ziemniaki, 25g ogórek kiszony, 15g marchew, 12g śmietana 18% (z **mleka**), 7g kurczak, tuszka, 5g pietruszka, korzeń, 5g **seler** korzeniowy, 4g por, 4g natka pietruszki, 3g wieprzowina żeberka, 0g sól biała, 0g pieprz, 0g liść laurowy, 0g ziele angielskie

Bułki kajerki (pszenica)

📅 **Wtorek** 03.03.2026

OBIAD

Ziemniaki gotowane

Składniki: 300g ziemniaki, 0g sól biała

Rolada z kurczaka z masłem

Składniki: 95g mięso z piersi kurczaka, bez skóry, 10g olej rzepakowy, 9g **jaja** kurze całe, 6g cebula, 6g bułki **pszenne** zwykłe, 3g masło ekstra (z **mleka**)

Surówka Colesław

Składniki: 135g kapusta biała, 20g marchew, 10g cebula, 5g majonez (**jajka**, **gorczyca**), 5g śmietana 18% (z **mleka**), 3g cytryna, 1g cukier, 0g sól biała, 0g pieprz

📅 **Środa** 04.03.2026

OBIAD

Spaghetti bolognese

Składniki: 150g makaron **pszenny** dwujajeczny, gotowany, 95g wieprzowina łopatka, 20g koncentrat pomidorowy, 30%, 10g olej rzepakowy, 6g cebula

📅 **Czwartek** 05.03.2026

OBIAD

Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana

Gulasz wieprzowy

Składniki: 80g wieprzowina łopatka, 20g pieczarki świeże, 15g marchew, 15g cebula, 15g papryka czerwona, 7g olej rzepakowy, 5g mąka **pszenna**, typ 450

📅 **Piątek** 06.03.2026

OBIAD

Makaron z sosem truskawkowym

Składniki: 200g makaron **pszenny** dwujajeczny, gotowany, 50g jogurt grecki (z **mleka**), 50g truskawki, 6g cukier, 1g cytryna