

 Poniedziałek 13.10.2025**OBIAD****Zupa koperkowa z ryżem na wywarze warzywnym**

Składniki: woda, ryż biały, marchew, pietruszka, korzeń, śmietana 18% (z **mleka**), **seler** korzeniowy, por, koperek, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Gyros z kurczaka z sosem jogurtowym

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), cebula, olej rzepakowy, keczup, majonez (**jajka**, **gorczyca**), czosnek

Ogórki konserwowe (gorczyca)

Banan

 Środa 15.10.2025**OBIAD****Barszcz czerwony z botwinką, ziemniakami i koperkiem**

Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, cebula, śmietana 18% (z **mleka**), por, botwinka, koncentrat barszczu czerwonego (**seler**), koperek, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, majeranek

Leczo z indykiem z makaronem pełnoziarnistym

Składniki: pomidor, mięso z piersi indyka, bez skóry, makaron pełnoziarnisty (**pszenica**), papryka czerwona, papryka zielona, dynia, olej rzepakowy, cebula

Sok wieloowocowy

Składniki: sok wieloowocowy z owoców krajowych 100%

 Piątek 17.10.2025**OBIAD****Ziemniaki z koperkiem**

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Ryba po grecku

Składniki: **dorsz** świeży, filety bez skóry, marchew, olej rzepakowy, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, przecier pomidorowy, mąka **pszenna**, typ 450, por, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, cukier, sól biała, pieprz, papryka słodka

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Mandarynki

 Wtorek 14.10.2025**OBIAD****Zupa gołąbkowa**

Składniki: woda, kapusta włoska, passata pomidorowa, mięso mielone wieprzowo-wołowe, marchew, cebula, ryż biały, koncentrat pomidorowy, 30%, czosnek, olej rzepakowy, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek

Pierogi ruskie (pszenica, mleko) **Czwartek** 16.10.2025**OBIAD****Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem**

Składniki: woda, ziemniaki, szczaw konserwowy, **jaja** kurze całe, marchew, śmietana 12% (z **mleka**), mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała

Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym

Składniki: wieprzowina łopatka, woda, mąka **pszenna**, typ 450, koperek, śmietana 18% (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), cebula, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kasza gryczana, gotowana**Buraczki duszone**

Składniki: burak, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, cytryna, sól biała, pieprz