

📅 **Poniedziałek** 16.03.2026**OBIAD****Zupa pomidorowa z makaronem**

Składniki: woda, makaron **pszenny** bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała, pieprz

Krokiety z mięsem wieprzowym (pszenica, jajka, mleko)**Ciasteczka owsiane z bananem bez cukru**

Składniki: banan, płatki **owsiane**, **jaja** kurze całe, wiórki kokosowe, masło ekstra (z **mleka**), soda oczyszczona

📅 **Wtorek** 17.03.2026**OBIAD****Zupa koperkowa na wywarze warzywnym**

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

Potrawka z kurczaka

Składniki: kurczak, tuszka, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, śmietana 18% (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, rodzynki, suszone

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Marchewka z groszkiem z zasmażką

Składniki: marchew z groszkiem, mrożona, mąka **pszenna**, typ 450, masło ekstra (z **mleka**), cukier, sól biała, pieprz

📅 **Środa** 18.03.2026**OBIAD****Zupa neapolitańska z makaronem**

Składniki: woda, makaron **pszenny** bezjajeczny, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), ser gouda tłusty (z **mleka**), kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

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

Ziemniaki z koperkiem

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Surówka z białej kapusty Coleslaw

Składniki: kapusta biała, marchew, majonez (**jajka**, **gorczyca**), koperek

Sok wieloowocowy

Składniki: sok wieloowocowy z owoców krajowych 100%

📅 **Czwartek** 19.03.2026**OBIAD****Zupa paprykowa**

Składniki: woda, papryka czerwona, pomidor, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, mięso z ud kurczaka, bez skóry, por, cebula, czosnek, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Kotlet wieprzowy mielony

Składniki: wieprzowina łopatka, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, cebula, bułki **pszenne** zwykłe

Ogórek kiszony📅 **Piątek** 20.03.2026**OBIAD****Ziemniaki z koperkiem**

Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Filet z miruny panierowany

Składniki: filet z **miruny** mrożonej, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszenica**), **mleko** krowie, 2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz

Ser mozzarella (z mleka)**Kompot wieloowocowy**

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