

	8/12.09.2025	PONIEDZIAŁEK		A	WTOREK		A	ŚRODA			A	CZWARTEK			A	PIĄTEK			A
	ŚNIADANIE							Kawa zbożowa na mleku	7	120ml	Kaszka manna na mleku	1,7	120ml	Owsianka z pieczoną gruszką i cynamonem	1,7	120ml			
		Pieczyno	1	70g	Pieczyno	1	70g	Pieczyno	1	70g	Pieczyno	1	70g	Pieczyno	1	70g			
		Jajko na twardo	3	25g	Twarożek ze szczypiorkiem	7	15g	Serek kanapkowy	7	10g	Pasta jajeczna	3	15g	Szynka z indyka	0	10g			
		Ser żółty	7	10g	Szynka drobiowa	0	10g	Szynka z indyka	0	10g	Szynka	0	15g	Pasta z białej fasoli z majerankiem i jabłkiem	0	10g			
		Masło	7	5g	Masło	7	5g	Masło	7	5g	Masło	7	5g	Masło	7	5g			
		Warzywa	0	25g	Warzywa	0	25g	Warzywa	0	25g	Warzywa	0	25g	Warzywa	0	25g			
	WEGETARIAŃSKIE				4: Fasolka w przyprawach	0	10g	4: Warzywne leczo	0	10g	4: Wegańska szynka	0	10g	3: Wegański ser	0	10g			
	WEGAŃSKIE	3: Cukinia z pieca	0	25g	5: Masło roślinne	0	5g	5: Masło roślinne	0	5g	5: Masło roślinne	0	5g	5: Masło roślinne	0	5g			
	WEGAŃSKIE	4: Wegański ser	0	10g	3: Wegański jaglany mus ze szczypiorkiem	0	15g	3: Krem z białej fasoli	0	10g	4: Wegańska szynka	0	10g	3: Wegański ser	0	10g			
	WEGAŃSKIE	5: Masło roślinne	0	5g	4: Fasolka w przyprawach	0	10g	4: Warzywne leczo	0	10g	3: Pasta z tofu i kalafiora	6	15g	1: Owsianka na napoju roślinnym	1	120g			
	BEZMLECZNE	5: Masło roślinne	0	5g	5: Masło roślinne	0	5g	5: Masło roślinne	0	5g	5: Masło roślinne	0	5g	5: Masło roślinne	0	5g			
	BEZMLECZNE	4: Wegański ser	0	10g	3: Wegański jaglany mus ze szczypiorkiem	0	15g						1: Owsianka na napoju roślinnym	1	120g				
	BEZMLECZNE										1: Kasza manna na napoju roślinnym	1	120g						
	OGRANICZONY GLUTEN	2: Chleb bezglutenowy	0	70g	2: Chleb bezglutenowy	0	70g	2: Chleb bezglutenowy	0	70g	2: Chleb bezglutenowy	0	70g	2: Chleb bezglutenowy	0	70g			
	OGRANICZONY GLUTEN										1: Kaszka kukurydziana na mleku	7	120g	1: Płatki jaglane na mleku	7	120ml			
	BEZIAJECZNE	3: Cukinia z pieca	0	25g							3: Pasta z tofu i kalafiora	6	15g						
	II ŚNIADANIE	Owoc	0	80g	Owoc	0	80g	Owoc	0	80g	Owoc	0	80g	Owoc	0	80g			
	ZUPA	Barszcz czerwony z ziemniakami i majerankiem	9	250ml	Pomidorowa na bulionie warzywnym z drobnym makaronem orzo	1	250ml	Brokułowa z ziemniakami i koperkiem	9	250ml	Zupa nylonowa z mocą koperku	1,9	250ml	Krem paprykowo jarzynowy z pestkami dynii	9	250ml			
	OGRANICZONY GLUTEN				1: Pomidorowa na bulionie warzywnym z makaronem ryżowym	9	250ml				1: Zupa z kaszą kukurydzianą	9	250ml						
	II DANIE	Pierogi z białym serem	1,7	160g	Azjatycka potrawka z indyka z warzywami	9	100g	Klops wieprzowo wołowy z ciecierzycą w sosie pieczeniowym	0	60g	Panierowany kotlecik z kurczaka w otrębach	1	70g	Pulpet z dorsza w sosie koperkowym	1,3,4	65g/10g			
		Polewa jogurtowa z musem truskawkowym i siemieniem lnianym	7	50g	Kasza bulgur	1	120g	Ryż biało brązowy	0	120g	Ziemniaki	0	120g	Kasza pęczak	1	120g			
								Surówka z marchewki	0	50g	Letnia sałatka z białej kapusty	0	50g	Sałatka z kiszoną kapustą z prażonym sezamem	11	50g			
	WEGETARIAŃSKIE				1: Smażone tofu w sosie warzywnym po azjatycku	6,9	100g	1: Klops fasolowo warzywny w ziołowym sosie	0	60g	1: Panierowane kotleciki sojowe	1,6	2 szt	1: Potrawka z białej fasoli w sosie śmietanowym	7	65g			
	WEGAŃSKIE	1: Pierogi z owocami	1	160g	1: Smażone tofu w sosie warzywnym po azjatycku	6,9	100g	1: Klops fasolowo warzywny w ziołowym sosie	0	60g	1: Panierowane kotleciki sojowe	1,6	2 szt	1: Potrawka z białej fasoli w sosie ze śmietanki roślinnej	0	65g			
	WEGAŃSKIE	2: Polewa z jogurtu wegańskiego z musem z truskawek i siemieniem lnianym	0	50g															
	BEZMLECZNE	1: Pierogi z owocami	1	160g															
	BEZMLECZNE	2: Polewa z jogurtu wegańskiego z musem z truskawek i siemieniem lnianym	0	50g															
	OGRANICZONY GLUTEN				2: Polenta	0	120g				1: Panierowany kotlet w bułce bezglutenowej z pieca	0	70g	2: Kasza jaglana	0	120g			
	PODWIECZOREK	Kanapka na chlebie razowym z pastą z szynki z kiszonym ogórkiem i szczypiorkiem	1,3	2szt	Budyń jaglany z naturalnym kakao na mleku	7	100g	Buleczka maślana	1,3,7	50g	Pudding ryżowy na mleku wanilią	7	100g	Drożdżówka pełnoziarnista z twarogiem	1,3,7	1 szt			
					Herbatniki	1	3 szt	Powidła śliwkowe	0	10g	Bułka wrocławska	1	2 szt						
	WEGETARIAŃSKIE	1: Kanapka na chlebie razowym z pastą warzywo fasolową z kiszonym ogórkiem	1	1 szt															
	WEGAŃSKIE	1: Kanapka na chlebie razowym z pastą warzywo fasolową z kiszonym ogórkiem	1	1 szt	1: Budyń jaglany na napoju roślinnym z kakao	0	100ml	1: Wegańska bułeczka	1	50g	1: Pudding ryżowy na napoju ryżowym	0	120ml	1: Drożdżówka pełnoziarnista z owocami leśnymi	1	1 szt			

BEZMLECZNE				1: Budyń jaglany na napoju roślinnym z kakao	0	100ml		1: Wegańska bułeczka	1	50g		1: Pudding ryżowy na napoju ryżowym	0	120ml		1: Drożdżówka pełnoziarnista z owocami leśnymi	1	1 szt
OGRANICZONY GLUTEN	1: Kanapka na chlebie bezglutenowym z pastą z szynki z kiszonym ogórkiem	3	1 szt				1: Bezglutenowe wafle kukurydziane	0	2 szt			2: Wafel ryżowy	0	1 szt		1: Pancake bezglutenowe z owocami	0	2 szt
BEZJAJECZNE	1: Kanapka na chlebie razowym z pastą warzywo fasolową z kiszonym ogórkiem	1	1 szt				1: Wegańska bułeczka	1	50g							1: Drożdżówka pełnoziarnista z owocami leśnymi	1	1 szt
 Pełny Brzuszek INFORMACJA O ALERGENACH przekazana jest w oparciu o Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady UE w sprawie przekazania konsumentom informacji na temat żywności. Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji, oznaczone cyfrowo powyżej: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne / arachidowe/, 6 - soja i i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne, 8 - orzechy, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki, 13 - łubin, 14 - mięczaki. © Menu jest autorskie a jego kopiowanie zabronione. Menu może ulec zmianom, spowodowanych np. dostępnością świeżych produktów w trakcie tygodnia. Podane wartości energetyczne poszczególnych posiłków są przybliżone i zgodne z Rozporządzeniem Ministra Zdrowia (2.lipca 2016 i kolejne). * Owoc podawany w naszych placówkach to między innymi : jabłko, gruszka, pomarańcze, mandarynki, śliwki, arbuzy, winogrona																		