



MENU PAŹDZIERNIK 2021

PIĄTEK
01.10.2021

ZUPA OGÓRKOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ ogórek kiszony/ ziemniaki/śmietana 9%/
koperek/ziele angielskie/ liść laurowy/ lubczyk/ pieprz czarny
/ liść laurowy/ pieprz

ALERGENY 7,9

PANIEROWANY FILET Z DORSZA 110g

filet z dorsza/ bułka tarta/ jajko/ / pieprz biały/ olej
rzepakowy

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 150g

**SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ,
MARCHEWKI I JABŁKA**

80g – kwaszona kapusta/ marchew/ jabłko/ oliwa z
oliwek

ALERGENY 1,3,4

**KOMPOT WIELOOWOCOWY /
WODA Z CYTRYNĄ I MIĘTĄ**

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU



MENU PAŹDZIERNIK 2021

PONIEDZIAŁEK 04.10.2021

KRUPNIK Z KASZY PERŁOWEJ

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ kasza perlowa/ ziemniaki/ koperek/ ziele angielskie/ liść laurowy/ pieprz czarny/ lubczyk

ALERGENY 1,9

SPAGHETTI BOLOGNESE

260g – makaron spaghetti durum/ mięso wołowo-wieprzowe/ marchew/pomidory/ koncentrat pomidorowy/ cebula/ czosnek/ bazylija/ oregano/tymianek/tarty ser

ALERGENY 1,7

SOK JABŁKOWO WIŚNIOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



WTOREK 05.10.2021

PIECZARKOWA Z MAKARONEM KOKARDKI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
włoszczyzna/ pieczarki/ cebula/ śmietana 9%/ makaron kokardki durum/ natka pietruszki/ lubczyk/ pieprz/ liść laurowy, ziele angielskie/ pieprz

ALERGENY 1,9

UDKO Z KURCZAKA Z PIECA

150g – udko z kurczaka/ papryka słodka/ oregano/ tymianek/ czosnek/ olej rzepakowy

KASZA KUSKUS 100g MIZERIA Z MIĘTĄ, JOGURTEM I CZERWONĄ CEBULĄ 80g

ogórek zielony/ kapusta pekińska/ czerwona cebula/ jogurt naturalny/ listki mięty/ sok z cytryny/ miód

ALERGENY 1,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



ŚRODA 06.10.2021

ROSÓŁ Z MAKARONEM

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Kurczak zagrodowy/ wołowina/ makaron nitki durum/ włoszczyzna/cebula/ natka pietruszki/ lubczyk/ kozieradka/ jałowiec/ ziele angielskie/ liść laurowy/ pieprz czarny

ALERGENY 1,9

KOTLET MIELONY

110g – szynka wieprzowa/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/woda gazowana/ olej rzepakowy

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 120g BURACZKI NA CIEPŁO 80g

ALERGENY 1,3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



CZWARTEK 07.10.2021

KREM Z POMIDORÓW Z MOZZARELLĄ

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250gr ©
Pomidory/ włoszczyzna/ śmietana 9%/ czosnek/ oregano/ bazylija/ pieprz/ oliwa/ mozzarella do posypania

ALERGENY 7

ESKALOPKI Z KURCZAKA W SOSIE WŁASNYM 130g

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 100g FASOLKA SZPARAGOWA 80g

ALERGENY brak

SOK JABŁKOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PIĄTEK 08.10.2021

ZUPA Z SOCZEWICY

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ czerwona soczewica/ ziemniaki/ majeranek/lubczyk/ liść laurowy/ pieprz

ALERGENY 1,9

MAKARON Z MUSEM JOGURTOWYM Z TRUSKAWKAMI I BIAŁYM SEREM

260g – makaron świderki durum/ truskawki/ jogurt naturalny/ ser biały

ALERGENY 1,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU



MENU PAŹDZIERNIK 2021

WTOREK 12.10.2021

PONIEDZIAŁEK 11.10.2021

ZUPA JARZYNOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
włoszczyzna/ ziemniaki/ kaliafiol/ brokuł/ fasolka
szparagowa/ groszek/ śmietana 9%/ lubczyk/ pieprz

ALERGENY 7,9

GULASZ PO WĘGIERSKU

120g – mięso wieprzowe/ papryka czerwona i żółta/
cebula/ marchewka/ pomidory/ koncentrat
pomidorowy/ olej rzepakowy/ liść laurowy/ papryka
wędzona i słodka/ pieprz

MAKARON KOKARDKI^{100g}

SURÓWKA Z OGÓRKÓW

KISZONYCH^{80g}

ogórek kiszony/ cebula/ kukurydza

ALERGENY brak

SOK JABŁKOWY/ WODA Z POMARAŃCZĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



KREM Z DYNI Z MLEKIEM KOKOSOWYM I PRAŻONYMI PESTKAMI DYNI I SŁONECZNIKA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
dynia/ ziemniaki/ marchew/ mleko kokosowe/ sok pomarańczowy/ curry/
imbir/ kafir/ czosnek/ prażone pestki słonecznika i dyni do posypania

ALERGENY 1,3,7,9

KOTLET Z PIERSI Z INDYKA W CHRUPIĄCEJ PANIERCE

110g – pierś z indyka/ płatki kukurydziane / słodka i ostra
papryka/ jajko/ olej rzepakowy

RYŻ^{100g}

SURÓWKA COLESLAW^{80g}

Biała kapusta/ cebula/ marchewka/ jogurt naturalny/ sok z
cytryny/ pieprz

ALERGENY 3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



ŚRODA 13.10.2021

ZUPA OGÓRKOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ ogórek kiszony/ ziemniaki/ śmietana 9%/
koperek/ ziele angielskie/ liść laurowy/ lubczyk/ pieprz czarny
/ liść laurowy/ pieprz

ALERGENY 1,7,9

NALEŚNIKI Z BIAŁYM SEREM Z POLEWĄ MALINOWĄ

Porcja 280g – mąka gryczana/ mąka pszenna/ mleko 2%/
jajka/ ser twarogowy/ maliny/ jogurt naturalny

ALERGENY 1,7

SOK JABŁKOWO PORZECZKOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



CZWARTEK 14.10.2021

ŻUREK Z JAJKIEM

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ zakwas na mące żytniej/ ziemniaki/ czosnek/
ziele angielskie/ liść laurowy/ majeranek/ śmietana 9%/
jajko

ALERGENY 1,7,9

GOŁĄBKI W SOSIE POMIDOROWYM

(zawijane w kapuście włoskiej)
150g – szynka wieprzowa/ jajko/ cebula/ ryż kapusta
włoska/ pieprz/ pomidory/ śmietana 9% liść laurowy/ ziele
angielskie/ oregano/ koperek

ZIEMNIANKI Z KOPERKIEM^{120g}

ALERGENY 1,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PIĄTEK 15.10.2021

POMIDOROWA Z MAKARONEM ZWIERZACZKI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
włoszczyzna/ przecier pomidorowy/ śmietana 9% makaron zwierzaczki
durum / lubczyk / pieprz/ liść laurowy, ziele angielskie/ pieprz

ALERGENY 1,7,9

PALUSZKI RYBNE Z FILETA

120g – mintaj/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/ olej rzepakowy

ZIEMNIANKI Z KOPERKIEM^{120g}

SOS Tatarski^{60g}

Ogórek konserwowy/ czerwona cebula/ szczypiorek/ natka
pietruszki jogurt naturalny/ sok z cytryny/ pieprz

ALERGENY 1,3,4

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU



MENU PAŹDZIERNIK 2021

PONIEDZIAŁEK 18.10.2021

GRÓCHÓWKA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ groch łuskany/ ziemniaki/ olej słonecznikowy/ czosnek/ cebula/ majeranek/ liść laurowy/ ziele angielskie

ALERGENY 7,9

PIEROGI Z BIAŁYM SEREM W POLEWIE JOGURTOWEJ Z BRZOSKWINIĄ

Porcja 280g – mąka pszenna/ mąka gryczana/ ser twarogowy/ jajko/ masło/ jogurt naturalny/ brzoskwinie

ALERGENY 1,3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



WTOREK 19.10.2021

ZUPA KOPERKOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ ziemniaki/ cebula/ koperek/ śmietana 9%/ masło/ kurkuma/ papryka/ liść laurowy/ ziele angielskie/

ALERGENY 9

KOTLET SCHABOWY

110g – schab/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/ olej rzepakowy

ZIEMNIANKI Z KOPERKIEM

120g
Ogórek zielony/ kapusta pekińska/ jogurt naturalny/ sok z cytryny

ALERGENY 1,3,7

SOK JABŁKOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



ŚRODA 20.10.2021

KRUPNIK Z KASZĄ PĘCZAK

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ kasza pęczak/ ziemniaki/ koperek/ ziele angielskie/ liść laurowy/ pieprz czarny/ lubczyk

ALERGENY 9

CHILI CON CARNE Z WOŁOWINY

Porcja 100g – wołowina/ fasola czerwona/ kukurydza/ papryka żółta/ papryka zielona/ pomidory/ cebula/ czosnek/ olej rzepakowy/ ziola prowansalskie/ kmin rzymski/ oregano/ słodka papryka

RYŻ 100g

ALERGENY rak

SURÓWKA Z POMIDORA I OGÓRKA ZIEŁONEGO

80g

SOK JABŁKOWO WIŚNIOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



CZWARTEK 21.10.2021

ROSÓŁ Z MAKARONEM

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Kurczak zagrodowy/ wołowina/ makaron nitki durum/ włoszczyzna/ cebula/ natka pietruszki/ lubczyk/ kozieradka/ jalowiec/ ziele angielskie/ liść laurowy/ pieprz czarny

ALERGENY 1,9

STRIPSY Z PIERSI Z KURCZAKA

110g – pierś z kurczaka/ mąka kukurydziana/ słodka i ostra papryka/ jajka/ mleko 2%/ olej rzepakowy

ZIEMNIANKI Z KOPERKIEM GOTOWANE

120g

MINI MARCHEWECZKI

80g

ALERGENY 3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PIĄTEK 22.10.2021

BARSZCZ CZERWONY Z ZIEMNIANKAMI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Buraki/ włoszczyzna/ ziemniaki/ cebula/ ziele angielskie/ liść laurowy/ lubczyk/ śmietana 9%/ sok z cytryny/ pieprz

ALERGENY 7,9

MAKARON TAGIATELLE Z PIECZONYM ŁOSOSIEM W SOSIE ŚMIETANOWO SZPINAKOWYM

Porcja 280g – łosoś/ makaron tagiatelle durum/ szpinak/ cebula/ czosnek/ śmietana 9%/ oliwa z oliwek/ sok z cytryny/ pieprz/ koperek

ALERGENY 1,4,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU



MENU PAŹDZIERNIK 2021

PONIEDZIAŁEK 25.10.2021

POMIDOROWA Z MAKARONEM ZWIERZACZKI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ przecier pomidorowy/ śmietana 9%/ makaron zwierzaczki durum/ lubczyk/ pieprz/ liść laurowy, ziele angielskie/ pieprz

ALERGENY 1,7,9

KOTLET MIELONY

110g – szynka wieprzowa/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/woda gazowana/ olej rzepakowy

ZIEMNIANKI Z KOPERKIEM 120g

MARCHEWKA Z GROSZKIEM 80g

ALERGENY 1,3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



WTOREK 26.10.2021

ZUPA FASOŁOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ fasola JAŚ kartowy/ ziemniaki/ cebula/ liść laurowy/ majeranek/ lubczyk/ pieprz/ czosnek

ALERGENY 9

MAKARON Z MUSEM JOGURTOWYM Z TRUSKAWKAMI I BIAŁYM SEREM

260g – makaron świderki durum/ truskawki/ jogurt naturalny/ ser biały

ALERGENY 1,7

SOK JABŁKOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



ŚRODA 27.10.2021

ZUPA ZACIERKOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ por/ cebula/ makaron zacierki durum/ ziemniaki/ czosnek/ natka pietruszki/ ziele angielskie/ liść

ALERGENY 1,9

KOTLET Z KURCZAKA

110g – pierś z kurczaka/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/ olej rzepakowy

ZIEMNIANKI Z KOPERKIEM 120g

SURÓWKA HAWAJSKA 80g

Kapusta pekińska/ ananas/ kukurydza/ jogurt naturalny

SURÓWKA Z POMIDORA I OGÓRKA ZIELONEGO 80g

ALERGENY 1,3,7

SOK JABŁKOWO WIŚNIOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



CZWARTEK 28.10.2021

ZUPA KALAFIOROWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ ziemniaki/ kalafior/ śmietana 9%/ lubczyk/ liść laurowy/ ziele anielskie/ pieprz

ALERGENY 7,9

PIECZONY SCHABIK W SOSIE PIECZENIOWYM

110g – schab/ cebula/ olej rzepakowy/ liść laurowy/ pieprz/ papryka słodka/ papryka ostra/ majeranek/ czosnek

KASZA GRYCZANA 150g

OGÓRKI KISZONE 80g

ALERGENY brak

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PIĄTEK 29.10.2021

ZUPA OGÓRKOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ ogórek kiszony/ ziemniaki/ śmietana 9%/ koperek/ ziele angielskie/ liść laurowy/ lubczyk/ pieprz czarny

ALERGENY 7,9

PANIEROWANY FILET Z MIRUNY 110g

filet z miruny/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/ olej rzepakowy

ZIEMNIANKI Z KOPERKIEM 150g

MIX WARZYW NA PARZE 80g

ALERGENY 1,4

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU



INFORMACJE DOTYCZĄCE ALERGENÓW

Zgodnie z obowiązkiem wynikającym z Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 przekazywać będziemy Państwu informacje na temat obecnych w podawanej żywności składników i innych substancji mogących powodować alergie i nietolerancje pokarmowe.

Wykaz alergenów

1. Zboża zawierające gluten;
2. Skorupiaki i produkty pochodne;
3. Jaja i produkty pochodne;
4. Ryby;
5. Orzechy;
6. Soja 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 i produkty pochodne;
14. Mięczaki i produkty pochodne.