



MENU STYCZEŃ 2022

PONIEDZIAŁEK 10.01.2022

ZUPA OGÓRKOWA

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

ALERGENY 7,9

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 POMARAŃCZĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



WTOREK 11.01.2022

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 SCHABOWY

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

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM

120g

MIZERIA^{80g}

ogórek zielony/ jogurt naturalny/ sok z cytryny

ALERGENY 1,3,7

SOK JABŁKOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



ŚRODA 12.01.2022

BARSZCZ UKRAIŃSKI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ fasola/ cebula/ kapusta włoska/ buraki/ czosnek/ pomidory/ liść laurowy/ ziele angielskie/ pieprz zieleny/ śmietana 9%

ALERGENY 7,9

PIECZONE PAŁECZKI Z KURCZAKA

150g – patki z kurczaka/ papryka słodka/ miód/ czosnek/olej rzepakowy

RYŻ^{100g}

GOTOWANE NA PARZE MINI

MARCHEWCZKI^{80g}

ALERGENY brak

SOK JABŁKOWO WIŚNIOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



CZWARTEK 13.01.2022

KRUPNIK Z KASZY PERŁOWEJ

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

ALERGENY 1,9

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

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM^{120g}

ALERGENY 3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z POMARAŃCZĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PIĄTEK 14.01.2022

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 1,7,9

PANIEROWANY FILET Z DORSZA

120g – filet z dorsza/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/ olej rzepakowy

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM^{120g}

SURÓWKA Z KAPUSTY KISZONEJ, MARCHEWKI I JABŁKA

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

ALERGENY 1,3

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU



MENU STYCZEŃ 2022

PONIEDZIAŁEK 17.01.2022

GRÓCHÓWKA

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

ALERGENY 9

INDYK Z RYŻEM I WARZYWAMI

Porcja 280g – pierś z kurczaka/ ryż paraboliczny/ marchewka/ groszek zielony/ kukurydza/ szczypiorek/ cebulka prażona/kiełki fasoli mung/ kurkuma pieprz

SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY I

MARCHEWKI^{80g}

ALERGENY 1,7

SOK POMARAŃCZOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



WTOREK 18.01.2022

ZUPA JARZYNOWA

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

ALERGENY 7,9

KOTLET Z PIERSI KURCZAKA

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

ZIEMNIANKI Z KOPERKIEM^{120g}

SURÓWKA Z MARCHEWKI Z

POREM^{80g}

Marchewka/ jabłko/ por/ pieprz/ jogurt naturalny

ALERGENY 1,3,7,11

KOMPOT TRUSKAWKOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



ŚRODA 19.01.2022

KREM Z ZIEŁONEGO GROSZKU Z GRZANKAMI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ groszek zielony/ cebula/ ziemniaki/ czosnek/ śmietana 9%/ lubczyk/ sok z cytryny/ grzanki

ALERGENY 1,7,9

GULASZ WĘGIERSKI

20g – mięso wieprzowe/ papryka czerwona i żółta/ cebula/ marchewka/ pomidory/ koncentrat pomidorowy/ olej rzepakowy/ liść laurowy/ papryka wędzona i słodka/ pieprz

MAKARON ORZO^{100g}

OGÓRKI KISZONE^{80g}
ogórek kiszony/ cebula/ kukurydza

ALERGENY 1

KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



CZWARTEK 20.01.2022

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

TRADYCYJNE KLOPSIKI W SOSIE KOPERKOWYM

100g – kurczak/mąka pszenna/ cebula/ śmietana 9%/ jaja/ olej rzepakowy/ koperek/ papryka słodka/ pieprz

KASZA GRYCZANA^{100g}

SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY^{80g}

Kapusta czerwona, jabłko, cebula

ALERGENY 1,3,7

SOK JABŁKOWY/ WODA Z POMARAŃCZĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PIĄTEK 21.01.2022

ZUPA Z SOCZEWICY

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

ALERGENY 9

NALEŚNIKI Z BIAŁYM SEREM Z POLEWĄ JOGURTOWO JAGODOWĄ

Porcja 280g – mąka gryczana/ mąka pszenna/ mleko 2%/ jaja/ ser twarogowy/ jagody/ jogurt naturalny

ALERGENY 1,3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



BAREK Z WARZYWAMI DO OBIADU



MENU STYCZEŃ 2022

PONIEDZIAŁEK 24.01.2022

ŻUREK Z BIAŁĄ KIELBASKĄ I JAJKIEM

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

ALERGENY 1,7,9

SPAGHETTI BOLOGNESE

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

ALERGENY 1,7

SOK JABŁKOWY/ WODA Z POMARAŃCZĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



WTOREK 25.01.2022

ZUPA ZACIERKOWA

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

ALERGENY 1,3,9

STRIPSY Z KURCZAKA

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

KASZA KUSKUS 100g

SURÓWKA Z POMIDORA I OGÓRKA ZIELONEGO 20g

ALERGENY 1,3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



ŚRODA 26.01.2022

ZUPA FASOLOWA

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

ALERGENY 7,9

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

SOK JABŁKOWO WIŚNIOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



CZWARTEK 27.01.2022

KAPUŚNIACZEK

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g
Włoszczyzna/ kapusta kiszona/ ziemniaki/ lubczyk/ liść laurowy/ ziele angielskie

ALERGENY 9

KLUSKI LENIWE Z POLEWĄ JOGURTOWĄ

Porcja 280g – ser biały/ mąka pszenna/ jajka/ jogurt naturalny

SURÓWKA Z MARCHEWKI JABŁKA 80g

marchewka/ jabłko/ sok z cytryny

ALERGENY 1,3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY / WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PIĄTEK 28.01.2022

POMIDOROWA Z MAKARONEM

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

ALERGENY 1,7,9

KOTLET RYBNY

120g – miruna/ jajko/ bułka tarta/ szczypiorek/ koperek/ pieprz/ olej rzepakowy

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM 120g

SURÓWKA COLESRAW 80g

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

ALERGENY 1,3,7

SOK JABŁKOWY/ 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.