

# MENU MARZEC 2025

**PONIEDZIAŁEK**

**03.03.25**

**ŚNIADANIE**

**JAJECZNICA ZE SZCZUPIORKIEM**<sup>100g</sup>  
**PIECZYWO RAZOWE**<sup>100g</sup>  
**PAPRYKA CZERWONA**<sup>30g</sup>  
**HERBATA Z CYTRYNĄ**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

**OBIĄD**

**GROCHÓWKA**

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

ALERGENY 9

**MAKARON Z MUSEM JOGURTOWYM Z TRUSKAWKAMI I TWAROGIEM**  
280g – makaron świderki durum/ truskawki/ jogurt  
naturalny/ ser biały

ALERGENY 1,7

**KOMPOT WIELOOWOCOWY/  
WODA Z CYTRYNĄ**

nielimitowane

**OWOC SEZONOWY**



**PODWIECZOREK**

**HERBATNICZKI MINI ZOO**<sup>100g</sup>  
**SOCZEK TŁOCZONY**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

**WTOREK**

**04.03.25**

**ŚNIADANIE**

**PŁATKI GRYCZANE NA MLEKU**<sup>220g</sup>  
**KANAPKA Z KIEŁBASKĄ KRAKOWSKĄ I POMIDOREM**<sup>100g</sup>  
**HERBATA OWOCOWA**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

**OBIĄD**

**ŻUREK Z JAJKIEM**

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

ALERGENY 1,3,7,9

**KOTLET MIELONY**

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

**ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM**<sup>120g</sup>  
**MARCHEWKA Z GROSZKIEM**<sup>80g</sup>

ALERGENY 1,3,7

**KOMPOT WIELOOWOCOWY/  
WODA Z CYTRYNĄ**

nielimitowane

**OWOC SEZONOWY**



**PODWIECZOREK**

**BUDYŃ Z MUSEM WIŚNIOWYM**  
150g

ALERGENY 7

**ŚRODA**

**05.03.25**

**ŚNIADANIE**

**KASZA MANNA Z MUSEM MALINOWYM**<sup>220g</sup>  
**KANAPKA Z SZYNKĄ Z INDYKA I WARZEWAMI**<sup>100g</sup>  
**HERBATA Z CYTRYNĄ**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

**OBIĄD**

**ZUPA OGÓRKOWA**

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

ALERGENY 7,9

**KROKIETY Z WARZEWAMI I SEREM**

220g – mąka pszenna/ jajko/ warzywa/ ser żółty/  
pieprz

**SURÓWKA Z MARCHEWKI Z CHRZANEM**<sup>80g</sup>

ALERGENY 1,3,7

**SOK JABŁKO WIŚNIA/ WODA Z CYTRYNĄ**

nielimitowane

**OWOC SEZONOWY**



**PODWIECZOREK**

**CIASTO MARCHEWKOWE**  
150g – marchewka/ mąka pszenna/ jajko/  
**KAKAO**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

**CZWARTEK**

**06.03.25**

**ŚNIADANIE**

**PARÓWKI Z KETCHUPEM**<sup>200g</sup>  
**KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM**<sup>100g</sup>  
**PAPRYKA**<sup>50g</sup>  
**HERBATA Z CYTRYNĄ**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

**OBIĄD**

**KREM Z DYNI Z GRZANKAMI**

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ⊕  
dynia/ ziemniaki/ marchew/ mleko kokosowe/ sok  
pomarańczowy/ curry/ imbir/ kafiir/ czosnek/  
grzanki

ALERGENY 1,7

**KOFTY Z INDYKA**

150g – udziec z indyka/ cebula/ czosnek/ słodka  
papryka/ ostra papryka, kumin, świeża kolendra

**RYŻ**<sup>100g</sup>

**TZATZIKI**<sup>80g</sup>

Ogórek zielony/ jogurt grecki/ czosnek/ oliwa z  
oliwek/ pieprz

ALERGENY 7

**KOMPOT WIELOOWOCOWY/  
WODA Z CYTRYNĄ**

nielimitowane

**OWOC SEZONOWY**



**PODWIECZOREK**

**JOGURT OWOCOWY**  
150g

**WAFLE RYŻOWE**<sup>30g</sup>

ALERGENY 7

**PIĄTEK**

**07.03.25**

**ŚNIADANIE**

**CHAŁKA Z DŻEMEM**<sup>200g</sup>  
**GORĄCA CZEKOLADA**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

**OBIĄD**

**POMIDOROWA Z MAKARONEM LITERKI**

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

ALERGENY 1,7,9

**PANIEROWANY FILET Z MIRUNY**

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

**PURE ZIEMNIACZANE**<sup>120g</sup>

**SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY, MARCHEWKI I JABŁKA**<sup>80g</sup>

ALERGENY 1,3,4,7

**SOK JABŁKOWY/ WODA Z CYTRYNĄ**

nielimitowane

**OWOC SEZONOWY**



**PODWIECZOREK**

**PANCAKES Z OWOCAMI**  
150g

ALERGENY 1,3,7

**CODZIENNIE BUFET ZE ŚWIEŻYMI WARZEWAMI DO OBIADU**





# MENU MARZEC 2025

**PONIEDZIAŁEK**

**10.03.25**

## ŚNIADANIE

OWSIANKA Z BANANEM<sup>220g</sup>  
KANAPKA Z SZYNKĄ I  
WARZYWAMI<sup>100g</sup>  
HERBATA OWOCOWA<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

## OBIAD

ZUPA Z FASOLKI  
SZPARAGOWEJ

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g  
Fasolka szparagowa/ ziemniaki/ marchewka/  
pietruszka/ cebula/ czosnek/ masło/ śmietana 9%,  
kurkuma/ koperek

ALERGENY 7,9

KURCZAK W SOSIE SŁODKO  
KWAŚNYM

110g – kurczak/ wiórki kokosowe/ mąka  
ziemniaczana/ jajko/ imbir/ czosnek/ pieprz  
Marchewka/ papryka/ ananas/ kukrydza/ kapusta  
pekińska

RYŻ<sup>100g</sup>

ORIENTALNA SURÓWKA Z  
BIAŁEJ KAPUSTY I  
MARCHEWKI<sup>80g</sup>

ALERGENY brak

SOK JABŁKOWY/ WODA Z  
CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



**PODWIECZOREK**

PLACUSZKI Z JABŁKIEM

150g – mąka pszenna/ jajko/ jogurt naturalny/  
jabłko

ALERGENY 1,3,7

**WTOREK**

**11.03.25**

## ŚNIADANIE

TWAROŻEK ZE SZCZUPIORKIEM  
I RZODKIEWKĄ<sup>50g</sup>  
PIECZYWO RAZOWE<sup>100g</sup>  
OGÓREK ZIELONY  
HERBATA Z CYTRYNĄ<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

## OBIAD

KAPUŚNIACZEK

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

ALERGENY 9

LASAGNE BOLOGNESE

250g – makaron płaty lasagne/ mięso wieprzowe  
wołowe/ passata pomidorowa/ cebula/ czosnek/  
marchewka/ sos beszamelowy – masło/ mąka/  
mleko/ gałka muszkatołowa/ ser żółty

MIX SAŁAT<sup>80g</sup>

ALERGENY 1,3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY/  
WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



**PODWIECZOREK**

KOLOROWE GALARETKI Z  
OWOCAMI

150g

ALERGENY brak

**ŚRODA**

**12.03.25**

## ŚNIADANIE

KANAPKA Z PASZTETEM,  
SAŁATĄ I OGÓRKIEM  
KISZONYM<sup>200g</sup>  
HERBATA Z CYTRYNĄ<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

## OBIAD

ROSÓŁ Z MAKARONEM NITKI

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

ALERGENY 9

PANIEROWANA PIERŚ Z  
KURCZAKA

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

PUREE ZIEMNIACZANE<sup>120g</sup>  
MIZERIA<sup>80g</sup>

ALERGENY 1,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY/  
WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



**PODWIECZOREK**

BANAN<sup>150g</sup>  
BUŁECZKA MAŚLANA<sup>100g</sup>

ALERGENY 1,7

**CZWARTEK**

**13.03.25**

## ŚNIADANIE

MUSLI NA MLEKU<sup>220g</sup>  
KANAPKA Z SZYNKĄ I  
WARZYWAMI<sup>100g</sup>  
NAPAR Z RUMIANKU<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

## OBIAD

ZUPA SOLIANKA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g  
Włoszczyzna/ ziemniaki wołowina/ szynka  
wieprzowa/ cebula/ czosnek/ ogórek kiszony/  
koperek/ śmietana (9%) oliwki

ALERGENY 7,9

BITKI WIEPRZOWE W SOSIE  
WŁASNYM

110g – szynka wieprzowa/ cebula/ czosnek olej  
rzepakowy/ liść laurowy/ ziele angielskie/ pieprz

KASZA GRYZCZANA<sup>100g</sup>  
BURACZKI NA CIEPŁO<sup>80g</sup>

ALERGENY 7

KOMPOT WIELOOWOCOWY/  
WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



**PODWIECZOREK**

TOSTY PEŁNOZIARNISTE Z  
ŻÓŁTYM SEREM<sup>200g</sup>  
HERBATA OWOCOWA<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

**PIĄTEK**

**14.03.25**

## ŚNIADANIE

PŁATKI KUKURYDZIANE Z  
MLEKIEM<sup>220g</sup>  
KANAPKA Z ŻÓŁTYM SEREM I  
POMIDOREM<sup>100g</sup>  
HERBATA Z CYTRYNĄ<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

## OBIAD

ZUPA JARZYNOWA

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

ALERGENY 7,9

CZEKOLADOWE PIEROŻKI Z  
TWAROGIEM W POLEWIE  
JOGURTOWEJ

Porcja 280g – mąka gryczana/ mąka pszenna/  
kakaó/ ser twarogowy/ jogurt naturalny

ALERGENY 1,7

SOK JABŁKO WIŚNIA/ WODA Z  
CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



**PODWIECZOREK**

SMOOTHIE OWOCOWE

200ml

BISZKOPTY<sup>100g</sup>

ALERGENY 1,3,7

**CODZIENNIE BUFET ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO OBIADU**





# MENU MARZEC 2025

## PONIEDZIAŁEK 17.03.25 ŚNIADANIE

CHAŁKA Z DŻEMEM<sup>200g</sup>  
KAKAO<sup>200ml</sup>  
ALERGENY 1,3,7

### OBIAD

#### POMIDOROWA Z MAKARONEM ZWIERZACZKI

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

ALERGENY 1,7,9

#### PIERŚ Z KURCZAKA W JARZYNKACH

120g – pierś z kurczaka, cebula/ marchewka/  
pietruszka/ por/ śmietana 9%/ słodka papryka/  
ziele angielskie/ liść laurowy/ natka pietruszki

#### PURE ZIEMNIACZANE<sup>120g</sup> OGÓREK ZIELONY SŁUPKI<sup>80g</sup>

ALERGENY 7

#### SOK POMARAŃCZOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane  
OWOC SEZONOWY



### PODWIECZOREK

CIASTO DROŻDZOWE Z  
OWOCAMI I KRUSZONKĄ<sup>150g</sup>

ALERGENY 1,3,7

## WTOREK 18.03.25 ŚNIADANIE

PARÓWKI Z KETCHUPEM<sup>200g</sup>  
KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM<sup>100g</sup>  
POMIDOR<sup>50g</sup>  
HERBATA Z CYTRYNĄ<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

### OBIAD

#### ZUPA Z CZERWONEJ SOCZEWICY

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g  
Włoszczyzna/ soczewica/ ziemniaki/ olej  
stonecznikowy/ czosnek/ cebula/ majeranek/ liść  
laurowy/ ziele angielskie

ALERGENY 9

#### RYŻ Z PRAŻONYM JABŁUSZKIEM I TWAROGIEM W POLEWIE JOGURTOWEJ

Porcja 280g – ryż/ jabłko/ cynamon/ ser biały/  
jogurt naturalny

ALERGENY 7

#### KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

#### OWOC SEZONOWY



### PODWIECZOREK

CIABATA Z PIECZONYM  
SCHABIKIEM I OGÓRKIEM  
KISZONYM<sup>120g</sup>  
SOCZEK TŁOCZONY<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

## ŚRODA 19.03.25 ŚNIADANIE

JAGÓDOWA OWSIANKA<sup>220g</sup>  
KANAPKA Z SZYNKĄ Z INDYKA I  
WARZYWAMI<sup>100g</sup>  
HERBATA Z CYTRYNĄ<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

### OBIAD

#### ZACIERKOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g  
Włoszczyzna/ cebula/ ziemniaki/ zacierki/ masło/  
liść laurowy/ ziele angielskie/ łubczyk/ natka  
pietruszki

ALERGENY 1,9

#### GOŁĄBKI W SOSIE POMIDOROWYM

150g – szynka wieprzowa/ jajko/ cebula/ ryż/ biała  
kapusta/ pieprz/ pomidory/ śmietana 9%/ liść  
laurowy/ ziele angielskie/ oregano/ koperek

#### ZIEMNIANKI Z KOPERKIEM<sup>120g</sup>

ALERGENY 1,3,7

#### KOMPOT TRUSKAWKOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

#### OWOC SEZONOWY



### PODWIECZOREK

DOMOWY KISIEL  
TRUSKAWKOWY Z TARTYM  
JABŁUSZKIEM<sup>200ml</sup>

ALERGENY brak

## CZWARTEK 20.03.25 ŚNIADANIE

PASTA JAJECZNA ZE  
SZCZYPIORKIEM<sup>100g</sup>  
PIECZYNO RAZOWE<sup>100g</sup>  
RZODKIEWKI<sup>30g</sup>  
HERBATA OWOCOWA<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

### OBIAD

#### ZUPA OGÓRKOWA

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

ALERGENY 1,7,9

#### GULASZ WIEPRZOWY Z PIECZARKAMI

120g – szynka wieprzowa/ pieczarki/ śmietana 9%/  
cebula/ czosnek/ olej rzepakowy/ liść laurowy/ /  
pieprz

#### KASZA GRZYCZANA<sup>100g</sup> SAŁATA MASŁOWA ZE ŚMIETANĄ<sup>80g</sup>

ALERGENY 1,7

#### KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

#### OWOC SEZONOWY



### PODWIECZOREK

JOGURTOWY KOKTAJL Z  
MANGO DO PICIA<sup>200ml</sup>  
Mango/ jogurt naturalny  
CIASTKA MASŁANE<sup>30g</sup>

ALERGENY 1,3,7

## PIĄTEK 21.03.25 ŚNIADANIE

KASZA MANNA Z MUSEM  
WIŚNIOWYM<sup>220g</sup>  
KANAPKA Z SZYNKĄ I  
WARZYWAMI<sup>100g</sup>  
HERBATA Z CYTRYNĄ<sup>200</sup>

ALERGENY 1,7

### OBIAD

#### BARSZCZ UKRAIŃSKI

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

ALERGENY 7,9

#### KOTLECICKI RYBNE

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

#### PIECZONE ZIEMNIANKI<sup>120g</sup>

#### SOS TATARSKI<sup>80g</sup>

Ogórki konserwowe/ cebula/ szczypiorek/ czosnek/  
sok z cytryny/ majonez/ jogurt naturalny

ALERGENY 1,3,7

#### KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

#### OWOC SEZONOWY



### PODWIECZOREK

PUDDING CHIA Z MUSEM  
MALINOWYM<sup>200g</sup>

Nasiona chia/ mleko 1,5%/ maliny

ALERGENY 7

CODZIENNE BUFET ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO OBIADU





# MENU MARZEC 2025

**PONIEDZIAŁEK**

**24.03.25**

## ŚNIADANIE

MUSLI NA MLEKU <sup>220g</sup>  
KANAPKA Z SZYNKĄ I  
WARZYWAMI <sup>100g</sup>  
HERBATA Z CYTRYNĄ <sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

## OBIAD

### KRUPNIK Z KASZY PERŁOWEJ

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

ALERGENY 1,9

### SPAGHETTI BOLOGNESE

280g – makaron spaghetti durum/ mięso wołowo-  
wieprzowe/ marchew/pomidory/ koncentrat  
pomidorowy/ cebula/ czosnek/ bazylija/  
oregano/ tymianek/ tartar ser

MIX SAŁAT <sup>80g</sup>

ALERGENY 1,7

### SOK JABŁKOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

### OWOC SEZONOWY



## PODWIECZOREK

### JOGURT OWOCOWY

150g

BISZKOPTY <sup>30g</sup>

ALERGENY 7

**WTOREK**

**25.03.25**

## ŚNIADANIE

PŁATKI GWIAZDKI  
CYNAMONOWE NA MLEKU <sup>220g</sup>  
KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM,  
WARZYWA <sup>100g</sup>  
HERBATA OWOCOWA <sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

## OBIAD

### ROSÓL Z MAKARONEM NITKI

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

ALERGENY 1,9

### KOTLET SCHABOWY

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

PUREE ZIEMNIACZANE <sup>120g</sup>

MIZERIA <sup>80g</sup>

ALERGENY 1,3,7

### KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

### OWOC SEZONOWY



## PODWIECZOREK

BANAN <sup>150g</sup>

BUŁECZKA MAŚLANA <sup>100g</sup>

ALERGENY 1,7

**ŚRODA**

**26.03.25**

## ŚNIADANIE

PŁATKI KUKURYDZIANE Z  
MLEKIEM <sup>220g</sup>  
KANAPKA Z SZYNKĄ I  
OGÓRKIEM ZIELONYM <sup>100g</sup>  
HERBATA Z OWOCOWA <sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

## OBIAD

### PIECZARKOWA Z MAKARONEM KOKARDKI

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

ALERGENY 1,7,9

### PAŁECZKI Z KURCZAKA Z PIECA

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

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM <sup>120g</sup>

SAŁATKA Z POMIDORÓW I  
CZERWONEJ CEBULKI <sup>80g</sup>

ALERGENY brak

### SOK JABŁKO WIŚNIA/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

### OWOC SEZONOWY



## PODWIECZOREK

PLACUSZKI Z JABŁKIEM

150g – mąka pszenna/ jajko/ jogurt naturalny/  
jabłko

ALERGENY 1,3,7

**CZWARTEK**

**27.03.25**

## ŚNIADANIE

KANAPKA Z PASZTETEM,  
SAŁATĄ I OGÓRKIEM  
KISZONYM <sup>200g</sup>  
HERBATA Z CYTRYNĄ <sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

## OBIAD

### ZUPA KALAFIOROWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ⊕  
Kalafior/ włoszczyzna/ ziemniaki/ śmietana 9%/  
lubczyk/ pieprz

ALERGENY 7,9

### ŁAGodne TAJSKIE CURRY Z KURCZAKIEM I WARZYWAMI

160g – pierś z kurczaka/ czerwona papryka/  
cukinia/ bakłażan/ marchewka/ cebula/ czosnek/  
mleko kokosowe/ limonka/ liście kafiru/ trawa  
cytrynowa

RYŻ JAŚMINOWY <sup>100g</sup>

ALERGENY brak

### KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

### OWOC SEZONOWY



## PODWIECZOREK

CIASTO MARCHEWKOWE

150g – marchewka/ mąka pszenna/ jajko/  
kakao <sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

**PIĄTEK**

**28.03.25**

## ŚNIADANIE

JAJECZNICA ZE  
SZCZYPIORKIEM <sup>100g</sup>  
PIECZYWO RAZOWE <sup>100g</sup>  
PAPRYKA CZERWONA <sup>30g</sup>  
HERBATA Z CYTRYNĄ <sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

## OBIAD

### GROCHÓWKA

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

ALERGENY 9

### MAKARON Z MUSEM JOGURTOWYM Z TRUSKAWKAMI I TWAROGIEM

280g – makaron świderki durum/ truskawki/ jogurt  
naturalny/ ser białe

ALERGENY 1,7

### KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

### OWOC SEZONOWY



## PODWIECZOREK

TOSTY PEŁNOZIARNISTE Z

ŻÓŁTYM SEREM <sup>200g</sup>

HERBATA OWOCOWA <sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

CODZIENNIE BUFET ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO OBIADU



# MENU MARZEC 2025

## PONIEDZIAŁEK

31.03.25

### ŚNIADANIE

OWSIANKA Z BANANEM<sup>220g</sup>

KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM I

POMIDOREM<sup>100g</sup>

HERBATA Z CYTRYNĄ<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

### OBIAD

POMIDOROWA Z MAKARONEM  
LITERKI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺  
włoszczyzna/ przecier pomidorowy/ śmietana 9%/  
makaron literki/ lubczyk / pieprz/ liść laurowy,  
zieleni angielskie/ pieprz

ALERGENY 1,7,9

PANIEROWANA PIERŚ Z  
KURCZAKA W SEZAMIE

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

PUREE ZIEMNIA CZANE<sup>120g</sup>

SURÓWKA HAWAJSKA<sup>80g</sup>

ALERGENY 1,3,7,11

SOK JABŁKO WIŚNIA/ WODA Z  
CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



### PODWIECZOREK

HERBATNICZKI MINI ZOO<sup>100g</sup>

KAKAO<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

CODZIENNIE BUFET ZE ŚWIEŻYMI 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.

