



PLACÓWKA:

KOLISTA

DATA:

02-13.03.2026r.

OBIAD

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Poniedziałek<br>02.03 | Zupa brokułowa z ziemniakami (zawiera: <b>seler, pszenicę, mleko</b> ) 350ml<br>Spaghetti z sosem bolońskim (zawiera: <b>pszenicę</b> ) 220g, ogórek kiszony słupki 40g, groszek z kukurydzą na parze 40g, woda z cytryną 200ml<br><u>DESER – Mandarynka 1szt.</u>                                                                                                                                                             | Poniedziałek<br>09.03 | Zupa ogórkowa z ziemniakami (zawiera: <b>seler, mleko, pszenicę</b> ) 350ml<br>Penne z sosem neapolitańskim z mozzarellą (zawiera: <b>pszenicę, mleko</b> ) 220g, surówka z kapusty pekińskiej 40g, kolorowa fasolka szparagowa 40g, woda z cytryną 200ml<br><u>DESER – Jabłko 1szt.</u>                                                                                                          |
| Wtorek<br>03.03       | Zupa koperkowa z ryżem (zawiera: <b>seler, mleko</b> ) 350ml<br>Siekane kotlety z piersi kurczaka z serem i papryką (zawiera: <b>pszenicę, jaja, mleko</b> ) 80g, ziemniaki 150g, surówka colesław (zawiera: <b>mleko, jaj, gorczycę</b> ) 40g, buraczki na ciepło (zawiera: <b>pszenicę</b> ) 40g, kompot truskawkowy 200ml<br><u>DESER – Ciasto marchewkowe własnego wypieku (zawiera: <b>jaja, mleko, pszenicę</b>) 50g</u> | Wtorek<br>10.03       | Rosół z zacierką jajeczną (zawiera: <b>seler, pszenicę, jaja</b> ) 350ml<br>Kotlet pożarski (zawiera: <b>pszenicę, jaja</b> ) 80g, ziemniaki 150g, surówka z buraczków i jabłka 40g, kalafior na parze 40g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml<br><u>DESER – Bio batonik orkiszowo-owsiany (zawiera: <b>pszenicę orkisz, mleko, owies</b>) 1szt.</u>                        |
| Środa<br>04.03        | Zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami (zawiera: <b>seler, pszenicę</b> ) 350ml<br>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (zawiera: <b>pszenicę, jaja</b> ) 80/80g, kasza pęczak (zawiera: <b>jęczmień</b> ) 150g, fasolka szparagowa z sezamem (zawiera: <b>sezam</b> ) 80g, kompot wieloowocowy (gruszka, porzeczka, śliwka) 200ml<br><u>DESER – Jabłko 1szt.</u>                                                      | Środa<br>11.03        | Zupa jarzynowa z fasolką szparagową i ziemniakami (zawiera: <b>seler, mleko, pszenicę</b> ) 350ml<br>Knedlik drożdżowy (zawiera: <b>pszenicę, jaja</b> ) z gulaszem z szynki wieprzowej (zawiera: <b>pszenicę</b> ) 120/100g, ogórek kiszony 40g, biała kapusta na ciepło (zawiera: <b>pszenicę</b> ) 40g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml<br><u>DESER – Banan 1szt.</u> |
| Czwartek<br>05.03     | Krem z cukiniowo – porowy z grzankami (zawiera: <b>seler, pszenicę, żyto, mleko</b> ) 350ml<br>Stripsy z dorsza i mintaja (zawiera: <b>ryby, pszenicę</b> ) 80g, ziemniaki 150g, sałata z dipem czosnkowym (zawiera: <b>mleko</b> ) 40g, kalafior z bułką tartą (zawiera: <b>pszenicę</b> ) 40g, woda z pomarańczą 200ml<br><u>DESER – Bułeczka katarzynka z siemieniem lnianym (zawiera: <b>pszenicę, jaja</b>) 1szt.</u>     | Czwartek<br>12.03     | Krem z pieczonej dyni z grzankami (zawiera: <b>seler, mleko, pszenicę, żyto</b> ) 350ml<br>Udka pieczone z kurczaka 1szt., ziemniaki 150g, mini marchewki z sezamem (zawiera: <b>sezam</b> ) 40g, mix sałat z winegret (zawiera: <b>gorczycę</b> ) 40g, kompot jabłkowy z cynamonem 200ml<br><u>DESER – Jabłko 1szt.</u>                                                                          |
| Piątek<br>06.03       | Barszcz ukraiński z fasolą i ziemniakami (zawiera: <b>seler, pszenicę, mleko</b> ) 350ml<br>Naleśniki z konfiturą owocową (zawiera: <b>pszenicę, jaja, mleko</b> ) 2szt., polewa twarożkowo - jogurtowa (zawiera: <b>mleko</b> ) 80g, surówka z marchewki z sokiem z cytryny 80g, kompot jabłkowy 200ml<br><u>DESER – Jabłko 1szt.</u>                                                                                         | Piątek<br>13.03       | Zupa pomidorowa z ryżem (zawiera: <b>mleko, seler</b> ) 350ml<br>Mintaj w panierce (zawiera: <b>jaja, ryby, pszenicę</b> ) 80g, ziemniaki 150g, surówka z kiszonej kapusty 40g, brokuł ze słonecznikiem 40g, woda z pomarańczą 200ml<br><u>DESER – Mandarynka 1szt.</u>                                                                                                                           |

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wymienione alergeny. Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Opracowano przez: dietetyk Olę Będzińską i dietetyk Wioletę Jakubowską