

PLACÓWKA:		DATA:	
SZKOŁA CYNAMONOWA		01 – 10.10.2025r.	
OBIAD			
		Poniedziałek 06.10	Jesienna zupa jarzynowa z brukselką i ziemniakami (zawiera: mleko, pszenicę, seler) 300ml Gulasz z indyka (zawiera: pszenicę) 150g, kasza jęczmienna (zawiera: jęczmień) 150g, surówka z marchewki, pora, jabłka, kalarepki 80g, kompot cytrusowy z melisą 200ml <i>Deser – koktajl brzoskwiniowy na jogurcie (zawiera: mleko) 150ml</i>
		Wtorek 07.10	Krem z białych warzyw (kalafior, pietruszka, seler) z grzankami (zawiera: mleko, seler, pszenicę, żyto) 300ml Łazanki z kiszonej kapusty z kawałkami wieprzowiny (zawiera: pszenicę) 220g, surówka z buraczków 80g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml <i>Deser – budyń waniliowy (zawiera: pszenicę, mleko) 180ml</i>
Środa 01.10	Krem z dyni z grzankami (zawiera: seler, pszenicę, żyto, mleko) 300ml Filet z mintaja (zawiera: ryby, pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z kiszonej kapusty z natką pietruszki 80g, kompot cytrusowy z dziką różą 200ml <i>Deser – jabłko 1szt.</i>	Środa 08.10	Zupa koperkowa z ryżem (zawiera: seler) 300ml Udko pieczone z kurczaka 1szt., ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z kapusty pekińskiej z dipem czosnkowym (zawiera: mleko) 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml <i>Deser – śliwki 2szt.</i>
Czwartek 02.10	Zupa brokułowa z ziemniakami (zawiera: pszenicę, seler, mleko) 300ml Sos meksykański z mięsem z indyka (papryka, pomidory, kukurydza) (zawiera: pszenicę) 150g, ryż paraboliczny 150g, surówka coleslaw (zawiera: mleko, jaja) 80g, kompot wieloowocowy 200ml <i>Deser – gruszka 1szt.</i>	Czwartek 09.10	Zupa pomidorowa z makaronem literki (zawiera: pszenicę, seler, mleko) 300ml Stripsy z dorsza (zawiera: rybę, pszenicę) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, fasolka szparagowa z sezamem (zawiera: sezam) 80g, kompot jabłkowy z goździkami 200ml <i>Deser – gruszka 1szt.</i>
Piątek 03.10	Barszcz ukraiński z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 300ml Kopytka z białym serem i bułką tartą (zawiera: pszenicę, mleko, jaja) 220g, surówka z marchewki z jabłkami 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml <i>Deser – bio herabtniki bez cukru (zawiera: pszenicę) 25g</i>	Piątek 10.10	Zupa ogórkowa z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 300ml Knedlik drożdżowy (zawiera: mleko, pszenicę, jaja) z sosem dyniowym z dodatkiem soczewicy) 120/100g, surówka z czerwonej kapusty parzonej 80g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml <i>Deser – smaki popkornowe naturalne 1szt. (35g)</i>



PLACÓWKA:

SZKOŁA CYNAMONOWA

DATA:

13-24.10.2025r.

OBIAD

Poniedziałek 13.10	Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami (zawiera: pszenicę, seler) 300ml Penne z sosem neapolitańskim z mozzarellą (zawiera: pszenicę, mleko) 220g, brokuły na parze z ziarnami (zawiera: sezam) 80g, kompot cytrusowy z imbirem 200ml <i>Deser – gruszka 1szt.</i>	Poniedziałek 20.10	Zupa jarzynowa z cukinią i ziemniakami (zawiera: pszenicę, mleko, seler) 300ml Sos mięsny z warzywami z dodatkiem pieczarek (zawiera: pszenicę) 150g, makaron razowy (zawiera: pszenicę) 150g, surówka z ogórka kiszzonego z szczypiorkiem i koperkiem 80g, kompot cytrusowy z melisą 200ml <i>Deser – jabłko 1szt.</i>
Wtorek 14.10	Rosół z makaronem (zawiera: pszenicę, seler) 300ml Pierś z kurczaka w panierce (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, mizeria (zawiera: mleko) 80g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, śliwka) 200ml <i>Deser – maślanka wiśniowa (zawiera: mleko) 150ml</i>	Wtorek 21.10	Zupa pomidorowa z ryżem (zawiera: mleko, seler) 300ml Kotlet jajeczny (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, mix sałat z dipem jogurtowym (zawiera: mleko) 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml <i>Deser – Ciasto marchewkowe własnego wypieku (zawiera: pszenicę, jaja, mleko) ok. 60g</i>
Środa 15.10	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (zawiera: pszenicę, seler, mleko) 300ml Jesienne leczo z kawałkami indyka 150g, ryż paraboliczny 150g, sałata z winegret i słonecznikiem (zawiera: gorczycę) 80g Kompot cytrusowy z dziką różą 200ml <i>Deser – bio batonik orkiszowo -owsiany (zawiera: owies, pszenicę, pszenicę orkisz mleko) 1szt.</i>	Środa 22.10	Zupa dyniowa z dodatkiem soczewicy z ziemniakami (zawiera: seler) 300ml Fiet drobiowy sute (zawiera: pszenicę) w sosie koperkowym (zawiera: mleko, pszenicę) 150g, kasza pęczak (zawiera: jęczmień) 150g, surówka z buraczków i jabłka 80g, kompot porzeczkowy 200ml <i>Deser – gruszka 1 szt.</i>
Czwartek 16.10	Krupnik jęczmienny z natką pietruszki (zawiera: jęczmień, seler) 300ml Filet z miruny pieczony (zawiera: pszenicę, rybę, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z białej kapusty z papryką 80g Kompot jabłkowy z goździkami 200ml <i>Deser – banan 1szt.</i>	Czwartek 23.10	Krem brokułowo – serowy z grzankami (zawiera: mleko, seler, pszenicę, żyto) 300ml Stripsy z dorsza i mintaja (zawiera: pszenicę, ryby) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z kiszonej kapusty z natką pietruszki 80g, kompot śliwkowy z goździkami 200ml <i>Deser – banan 1szt.</i>
Piątek 17.10	Barszcz biały z jajkiem (zawiera: pszenicę, żyto, jaja mleko, seler) 300ml Naleśniki z serkiem kakaowym (zawiera: pszenicę, jaja, mleko) 2szt., polewa jogurtowo – waniliowa (zawiera: mleko) 80ml, surówka z marchewki i brzoskwini 80g, kompot gruszkowy z cynamonem 200ml <i>Deser – jabłko 1szt.</i>	Piątek 24.10	Zupa grochowa z majerankiem (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 300ml Pampuchy drożdżowe (zawiera: pszenicę, jaja, mleko) 3szt., polewa jogurtowo – truskawkowa (zawiera: mleko) 80ml, surówka z marchewki z sokiem z cytryny 80g, kompot jabłkowy 200ml <i>Deser – bio herbatniki bez cukru mini zoo (zawiera: pszenicę) 25g</i>

PLACÓWKA:		DATA:
SZKOŁA CYNAMONOWA		27-31.10.2024r.
OBIAD		
Poniedziałek 27.10	Zupa z zielonego groszku z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 300ml Kurczak w sosie pomidorowym z warzywami (zawiera: pszenicę) 150g, makaron (zawiera: pszenicę) 150g, surówka z białej kapusty z koperkiem 80g, rozgrzewający kompot ziołowy z melisą, cytryną i imbirem 200ml <i>Deser – gruszka 1 szt.</i>	
Wtorek 28.10	Rosół z makaronem i natką pietruszki (zawiera: seler, pszenicę) 300ml Kotlet mielony wieprzowy (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, buraczki z chrzanem 80g, kompot jabłkowy z goździkami 200ml <i>Deser – jabłko 1szt.</i>	
Środa 29.10	Krem dyniowy z grzankami (zawiera: seler, pszenicę, żyto, mleko) 300ml Filet z morskoka pieczony (zawiera: pszenicę, ryby, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, bukiet warzyw (fasolka zielona, mini marchewki, kalafior) na parze 80g, kompot z miętą i dziką różą 200ml <i>Deser – koktajl truskawkowy na mleku (zawiera: mleko) 150ml</i>	
Czwartek 30.10	Krupnik z trzech kasz (jaglana, manna i kukurydziana) (zawiera: seler, pszenicę) 300ml Kotlet schabowy (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g surówka z kapusty pekińskiej 80g, kompot śliwkowy 200ml <i>Deser – bio sezamki (zawiera: pszenicę, sezam) 20g</i>	
Piątek 31.10	Zupa fasolowa z ziemniakami (zawiera: seler) 300ml Ryż z jabłkami (zawiera: mleko) 220g, polewa jogurtowo – waniliowa (zawiera: mleko) 80g, surówka z marchewki z pestkami dyni 80g, kompot cytrusowy z miętą 200ml <i>Deser – snacki popkornowe naturalne 1szt. (35g)</i>	