

JADŁOSPIS

Poniedziałek 28.09.2026r

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku(200ml), chleb tostowy(35g), ser żółty(10g), tłuszcz roślinny do smarowania pieczywa (6g), papryka(15g), ketchup(5g), herbata zielona z cytryną(200ml)
(występujące alergeny: mleko, cytrusy)

Obiad: Zupa z fasolki szparagowej na wywarze warzywnym, zabelana-(200ml-400ml)
Makaron penne pełnoziarnisty z suszonymi pomidorami, cukinią i czosnkiem- (150g-220g)
Woda (200ml), owoc sezonowy(90g)
(występujące alergeny: jaja, mleko, seler)

Podwieczorek: Budyń waniliowy(150g), kiwi(15g)
(występujące alergeny: mleko)

Wtorek 29.09.2026r

Śniadanie: Kakao na mleku (200ml), bułka grahamka (35g), tłuszcz roślinny do pieczywa(6g), schab pieczony(35g), pomidor malinowy(15g) herbata z owoców leśnych(200ml)
(występujące alergeny: seler, mleko)

Obiad: Ryżanka na rosole z natką pietruszki na wywarze drobiowym(200ml-400ml)
Filet z indyka pieczony (80g-120g) z ziemniakami(150g-220g) i gotowanymi burakami(80g-100g)
woda (200ml)
(występujące alergeny: seler, gluten)

Podwieczorek: Chleb litewski(35g) z humusem z ciecioriki(10g), ogórkiem świeżym(35g) i mlekiem(200)
(występujące alergeny: gluten, mleko)

Środa 30.09.2026r

Śniadanie: Płatki żytnie na mleku (200ml), chleb drwalski (35g), tłuszcz roślinny do smarowania pieczywa (6g), frankfurterki drobiowe(35g), pomidorek koktajlowy(15g), herbata czarna z cytryną(200ml)
(występujące alergeny: mleko, gluten, cytrusy, seler)

Obiad: Zupa ogórkowa z ziemniakami i koprem na wywarze warzywnym, zabelana-(200ml-400ml)
Spaghetti z mięsem mielonym, sosem bolońskim i parmezanem-(220g-260g)
Woda (200ml), owoc sezonowy (90g)
(występujące alergeny: seler, mleko, jaja, gluten,)

Podwieczorek: Jogurt naturalny z musli owocowym(100g), borówki(90g)
(występujące alergeny: mleko)

Czwartek 01.10.2026r

Śniadanie: Kasza manna na mleku (200ml), bułeczka indyjska z ziarnami (35g), tłuszcz roślinny do smarowania pieczywa (6g), kielbaska krakowska(35g), pomidor(15g), herbata malinowa(200ml)
(występujące alergeny: mleko, cytrusy, gluten, seler)

Obiad: Zupa grochowa natką pietruszki na wywarze drobiowym-(200ml-400ml)
Schab pieczony w sosie (90g-120g) z kaszą gryczaną(150g-220g) i kalaflorem pieczonym na parze (80g-100g)
(występujące alergeny: gluten, mleko, seler,)

Podwieczorek: Paluch z ziarnami(35g), tłuszcz do smarowania pieczywa (6g), serek śmietankowy ze szczypiorkiem (15g), nektarynka, mleko (200ml)
(występujące alergeny: gluten, mleko)

Piątek 02.10.2026r

Śniadanie: Kakao na mleku (200ml), chleb razowy (35g), tłuszcz roślinny do smarowania pieczywa (6g), pasta z ryby, jajka i majonezu vege (35g), ogórek kiszony(15g), mięta(200ml)
(występujące alergeny: mleko, cytrusy, ryba)

Obiad: Zupa jarzynowa z natką pietruszki na wywarze drobiowym, zabelana-(200ml-400ml)
Ryba miruna w panierce smażona (80g-120g) z ziemniakami (150g-220g) i surówką z kiszonej kapusty, marchwi, jabłka, natki i oliwy z oliwek (80g-100g)
(występujące alergeny: gluten, jaja, seler, ryba,)

Podwieczorek: Mus owocowy bez cukru(100g), wafle ryżowe (15g), mleko(200ml)
(występujące alergeny: mleko)

Z przyczyn niezależnych możliwa jest zmiana jadłospisu