

JADŁOSPIS

Poniedziałek 07.09.2026r

Śniadanie: Płatki owsiane na mleku(200ml), bułka indyjska(35g), twarożek wiejski(10g), tłuszcz roślinny do smarowania pieczywa (6g), papryka(15g), herbata zielona z cytryną(200ml)
(występujące alergeny: mleko, cytrusy, sezam)

Obiad: Zupa kalafiorowa na wywarze warzywnym z ziemniakami, natką pietruszki, zabelana-(200ml-400ml)
Zapiekanka z makaronem penne pełnoziarnistym, szpinakiem, brokułem i serem mozzarella– (150g-220g)
Woda (200ml), owoc sezonowy(90g)
(występujące alergeny: jaja, mleko)

Podwieczorek: Budyn waniliowy(150g), wafle ryżowe(5g), kiwi(15g)
(występujące alergeny: mleko)

Wtorek 08.09.2026r

Śniadanie: Kakao na mleku (200ml), chleb razowy (35g), tłuszcz roślinny do pieczywa(6g),
szynka bankietowa (35g), ogórek świeży (15g), sałata (2g), herbata czarna z cytryną(200ml)
(występujące alergeny: seler, mleko, cytrusy)

Obiad: Zupa z fasoli białej z natką pietruszki na wywarze drobiowym-(200ml-400ml)
Gulasz wieprzowy z kolorową papryką (80g-120g) z kaszą gryczaną (150g-220g) i surówką z czerwonej kapusty, marchwi, jabłka, natki i oliwy z oliwek (80g-100g)
woda (200ml)
(występujące alergeny: seler, gluten)

Podwieczorek: Buleczka grahamka (35g) z pieczonym kurczakiem (35g), masłem roślinnym (6g), pomidorem (35g),
i herbatą malinową (200ml) lub mlekiem (200ml)
(występujące alergeny: seler, gorczyca, mleko)

Środa 09.09.2026r

Śniadanie: Kawa zbożowa na mleku (200ml), chleb litewski (35g), tłuszcz roślinny do smarowania pieczywa (6g),
ser żółty (35g), rzodkiewka (15g), herbata z owoców leśnych (200ml)
(występujące alergeny: mleko, gluten, cytrusy)

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami i koprem na wywarze warzywnym, zabelany-(200ml-400ml)
Kluski leniwe pszenno-żytnie z jogurtem naturalnym i cynamonem-(220g-260g)
Woda (200ml), owoc sezonowy (90g)
(występujące alergeny: seler, mleko, jaja, gluten,)

Podwieczorek: Jogurt naturalny z musli owocowym,
(występujące alergeny: mleko)

Czwartek 10.09.2026r

Śniadanie: Kasza manna na mleku (200ml), buleczka alpejska (35g), tłuszcz roślinny do smarowania pieczywa (6g),
polędwica sopocka (35g), papryka żółta (35g), herbata czarna z cytryną (200ml)
(występujące alergeny: mleko, cytrusy, gluten)

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem, natką pietruszki na wywarze drobiowym, zabelana-(200ml-400ml)
Udziec drobiowy pieczony (90g-120g) z ziemniakami(150g-220g) i surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy,
ananasu i ziaren słonecznika (80g-100g)
(występujące alergeny: gluten, mleko, seler,)

Podwieczorek: Paluch z ziarnami(35g), tłuszcz do smarowania pieczywa (6g), serek śmietankowy z lososiem
i koperkiem(15g), kefir (200ml)
(występujące alergeny: gluten, mleko)

Piątek 11.09.2026r

Śniadanie: Kakao na mleku (200ml), chleb razowy (35g), tłuszcz roślinny do smarowania pieczywa (6g), jajko
na twardo (35g), pomidorek koktajlowy
(występujące alergeny: mleko, cytrusy, gluten)

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

Podwieczorek: Ciasto drożdżowe (50g) z mlekiem (200ml), gruszka(90g)
(występujące alergeny: gluten, mleko, jaja)