



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 01.06.2026

ŚNIADANIE 340 KCAL

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g,
Ser żółty (**mleko**) 40 g ogórek konserwowy
Składniki: mleko, sól, kultury bakterii

- Kakao na **mleku** 150 ml
Składniki: mleko, kakao w proszku o różnej zawartości tłuszczu cukier węglowodany w tym błonnik białko oraz bogactwo minerałów magnez potas żelazo fosfor i cynk

DRUGIE ŚNIADANIE 75 KCAL

- Jabłko 70g
Składniki:

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 356+137+65 KCAL

- Zupa krupnik z ziemniakami 250 ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), kasza jęczmienna (**gluten**), przyprawy

- Pancake 120g z sosem jogurtowo truskawkowym 40g

Składniki: mleko, mąka pszenna, jajka jogurt naturalny, (mleko, żywe kultury bakterii), truskawki, olej rzepakowy

- Kompot wieloowocowy 150 ml
Składniki: czerwona porzeczka, agrest, aronia, truskawka, śliwka bez pestek
Może zawierać znikome ilości glutenu, gorczycy, soi, jaj, mleka, zbóż zawierających gluten, orzechów

ŚNIADANIE 315 KCAL

- Pieczywo mieszane /bułka **pszenna** 50 g z masłem 10 g Wędlina wieprzowa 20g Pesto z bazylii 20 g Sałata ogórek szczypior pomidor rzodkiewka kiełk

Składniki: schab wieprzowe , ,sól, białka **sojowe** , przyprawy (**gorczyca**) olej słonecznikowy woda **ser** gouda bazylii ziarno słonecznika sól czosnek **orzechy arachidowe** ocet **ser** pecorino Romano przypraw

- Herbata owoce leśne 150 ml

Składniki: woda ,cukier, herbata ,kwiat hibiskusa aronia malina jeżyna dzika róża bzu czarnego borówki czernicy

DRUGIE ŚNIADANIE 155 KCAL

- Serek homogenizowany 120 g

Składniki: **mleko**, cukier, **mleko** zagęszczone odtłuszczone, owoce, żywe kultury bakterii

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

140+369+50 KCAL

- Zupa pomidorowa z makaronem 250ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda , mięso drobiowe) ,włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**) , pomidory w puszcze, koncentrat pomidorowy, **śmietana** 12% (**śmietanka** pasteryzowana, kultury bakterii **mlekowych**), przyprawy mąka **pszenna**, **jajka**, przyprawy

- Kiełbaski rumuńskie 80 g ziemniaki 100g

Składniki: mięso wieprzowe, **jajko**, cebula, czosnek, przyprawy, olej rzepakowy

- Surówka z buraczków i cebuli 100g

Składniki: buraki, cebula ,olej rzepakowy, sok cytrynowy, przyprawy

- Lemoniada 150ml

Składniki: cytryna, cukier, woda

ŚNIADANIE 302 KCAL

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, Polędwica drobiowa 20 g Pasta **rybna** pomidorowa (**ryba**) 30g ogórek małosolny

Składniki: **tuńczyk** w oleju, **makreła** w pomidorach , **jajko** gotowane, koncentrat pomidorowy, masło cebula, przyprawy mieso 89 % woda skrobia ziemniaczana sól wzmacniacz przyprawy substancje konserwujące Może zawierać **gorczycę pochodne mleka łącznie z laktozą**

- Herbata malinowa z cukrem 150 ml

Składniki: woda ,cukier ,herbata : owoc maliny hibiskusa dzikiej róży aromaty naturalne

DRUGIE ŚNIADANIE 23 KCAL

- Marchewka 70g

Składniki:

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

130+388+65 KCAL

- Zupa szczawiowa z ziemniakami i **jajkiem** 250ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda , mięso drobiowe) ,ziemniaki ,włoszczyzna (marchew, por , korzeń pietruszki, **seler**) szczaw konserwowy **jajko** ,**śmietana** 12% (**śmietanka** pasteryzowana, kultury bakterii **mlekowych**), przyprawy

- Pulpet 80 g w sosie koperkowym 60g kopytka 100g

Składniki: mięso wieprzowe, **jajka**, bułka **pszenna**, przypraw bulion, koper, mąka **pszenna**, przyprawy ziemniaki, mąka **pszenna**, **jajko** ,przypraw

- Surówka z czerwonej kapusty 100g

Składniki: kapusta czerwona , olej jabłko ,przyprawy

- Kompot wieloowocowy 150 ml

Składniki: czerwona porzeczką, agrest, aronia, truskawka, śliwka bez pestek Może zawierać znikome ilości **glutenu**, **gorzycy**, **soji**, **jaj**, **mleka**, **zboż zawierających gluten**, **orzechów**

CZWARTEK 04.06.2026

BOŻE CIAŁO

PIĄTEK 05.06.2026

DZIEŃ WOLNY