



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 13.10.2025

ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, parówki drobiowe 70g, ketchup, marchewka

Składniki: mięso z piersi kurczaka 74%, mięso wieprzowe 14%, woda, białka **mleka**

- Herbata czarna z cytryną 150ml

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

DRUGIE ŚNIADANIE

- Jogurt owocowy 125 g

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

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa pieczarkowa z fusilli 250ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), makaron, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), pieczarki, **śmietana** 12%, przyprawy

- Pancake 120g z sosem jogurtowo-truskawkowym 40g

Składniki: pancake (**mleko**, mąka **pszenna**, jajka), jogurt naturalny, truskawki, olej rzepakowy

- Kompot wieloowocowy 150 ml

Składniki: czerwona porzeczka, agrest, aronia, truskawka, śliwka bez pestek

Może zawierać znikome ilości **glutenu**, **gorczycy**, **soji**, **jaj**, **mleka**, **zboż** zawierających **gluten**, **orzechów**

ŚNIADANIE

- **Pieczyczo mieszane (gluten) 50g z masłem 10g, wędlina wieprzowa 20g, pesto z bazylii 20 g, sałata, ogórek, szczypior, pomidor, rzodkiewka, kiełki**
Składniki:wędlina (schab wieprzowy, sól, białka sojowe , przyprawy (gorczyca)), pesto (olej słonecznikowy, woda, ser gouda, bazylii, ziarno słonecznika, sól, czosnek, orzechy arachidowe, ocet, ser pecorino Romano, przyprawy
- **Herbata owocowa 150ml**
Składniki:woda, cukier, herbata, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, malina, aronia, jabłko, żurawina, aromaty naturalne

DRUGIE ŚNIADANIE

- **Banan 70g**

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- **Zupa kalafiorowa z ziemniakami 250 ml**
Składniki:woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, kalafior, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), śmietana 12%, przyprawy
- **Kotlet z piersi kurczaka panierowany 80g z ziemniakami 100g**
Składniki:ziemniaki, filet drobiowy, jajka, mąka pszenna, bułka tarta pszenna, olej rzepakowy, przyprawy
- **Surówka z buraczków i cebuli 100g**
Składniki:buraki, cebula, olej rzepakowy, sok cytrynowy, przyprawy
- **Lemoniada 150ml**
Składniki:cytryna, cukier, woda

ŚNIADANIE

- **Pieczyczo mieszane (gluten) 50g z masłem 10g, polędwica drobiowa 20g twaróg ze śmietaną i rzodkiewką 30g, szczypior, papryka**
Składniki:polędwica (mięso 89%, woda, skrobia ziemniaczana, sól, wzmacniacz smaku, przyprawy, substancje konserwujące; może zawierać gorczyce i pochodne mleka), twaróg (twaróg półtłusty, mleko, rzodkiewka)
- **Herbata lipowa 150ml**
Składniki:woda, cukier, herbata, kwiat lipy

DRUGIE ŚNIADANIE

- **Rogal z dżemem 60 g**
Składniki:mąka pszenna, margaryna, woda, cukier, drożdże, jajka, dżem

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- **Zupa barszcz biały 250 ml**
Składniki:woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), mąka pszenna, kiełbasa śląska (mięso wieprzowe 90%, woda, sól, białko wieprzowe kolagenowe, skrobia ziemniaczana, stabilizator), olej rzepakowy, śmietana 12%, przyprawy
- **Gulasz wieprzowy 150g i kopytka 100g**
Składniki:kopytka (ziemniaki, mąka pszenna, jajko, przyprawy), gulasz (łopatka wieprzowa, cebula, mąka pszenna, przyprawy, olej)
- **Warzywa w stylu rustykalnym 100g**
Składniki:kalafior, marchew żółta, kalafior romanesko, groszek cukrowy, woda, masło, oliwa z oliwek, sól, pieprz
- **Kompot wieloowocowy 150 ml**
Składniki:czerniona porzeczka, agrest, aronia, truskawka, śliwka bez pestek
Może zawierać znikome ilości glutenu, gorczycy, soji, jaj, mleka, zbóż zawierających gluten, orzechów

ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, wędlina wieprzowa 20g, **serek** z szczypiorkiem, sałata, ogórek, szczypior, pomidor, rzodkiewka, kiełki
Składniki: wędlina (mieso wieprzowe, sól, białka **sojowe**, przyprawy (**gorczyca**)), serek (**ser** twarogowy, ogórki, białka **mleka**, sól, czosnek, szczypiorek, przyprawy)
- Herbata owoce leśne 150ml
Składniki: woda, cukier, herbata, kwiat hibiskusa, aronia, malina, eżyna, dzika róża, bez czarny, borówka, czernica

DRUGIE ŚNIADANIE

- Śliwka 70g

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa wiejska z zacierką 250ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), ziemniaki, boczek wędzony, zacierka (mąka **pszenna**, **gluten**, **jajka**), przyprawy
- Leczo z kielbasą i warzywami 150 g oraz ryż 100g
Składniki: ryż, kielbasa śląska (mięso wieprzowe 90%, woda, sól, białko wieprzowe kolagenowe skrobia ziemniaczana, stabilizator), papryka mix, ogórek konserwowy, cebula, cukinia, pomidory krojone, koncentrat, przyprawy
- Woda 150 ml

ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, płatki śniadaniowe o smaku czekoladowym na **mleku** 150 g, dżem niskosłodzony 10g
Składniki: mąka 72% (**pszenna**, **pełnoziarnista** 25%, kukurydziana), cukier, syrop z **pszenicy**, kakao, olej, witaminy B6 i D
- Herbata lipowa 150ml
Składniki: woda, cukier, herbata, kwiat lipy

DRUGIE ŚNIADANIE

- Jabłko 70g

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa gulaszowa z ziemniakami 250 ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), łopata wieprzowa, papryka czerwona, pieczarki, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, **śmietana** 12%, przyprawy
- Filet rybny panierowany 80g z ziemniakami
Składniki: ziemniaki, **miruna**, bułka tarta **pszenna**, **jaja**, przyprawy, olej rzepakowy, ziemniaki
- Surówka porowa 100g
Składniki: kapusta biała, por, olej rzepakowy, woda, musztarda (**gorczyca**), żółtko **jaja**, przyprawy
- Kompot wieloowocowy 150 ml
Składniki: czerwona porzeczka, agrest, aronia, truskawka, śliwka bez pestek
Może zawierać znikome ilości **glutenu**, **gorczycy**, **soji**, **jaj**, **mleka**, **zbóż** zawierających **gluten**, **orzechów**