



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 15.12.2025

ŚNIADANIE 343 KCAL

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, Płatki kukurydziane na **mleku** 150g dżem niskosłodzony

Składniki: grys kukurydziany, cukier sól syrop cukru witaminy b3 b5 b2 b6 b9 woda substancja żelująca pektyny substancja zagęszczająca guma, regulator kwasowości kwas cytrynowy 100% owoców cukry pochodzące z owoców

- Herbata czarna z cytryną i cukrem 150 ml

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

DRUGIE ŚNIADANIE 106 KCAL

- Snacki popcornowe sól morską 35 g

Składniki: grys kukurydziany 91.1 % olej słonecznikowy sól morską
Produkt może zawierać **mleko soję gluten orzeszki arachidowe oraz inne orzechy**

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 493 KCAL

- Zupa ogórkowa z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), ogórki kiszzone **śmietana** 12% (**śmietanka** pasteryzowana, kultury bakterii)

- Naleśniki mix (z **serem**, dżemem truskawkowym, suche) 180g z sosem **śmietanowo** – waniliowym

Składniki: mleko, mąka **pszenna**, jajko, olej rzepakowy, truskawki

- 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 (**gluten**) 50g z masłem 10g, Wędlina wieprzowa 20g Pesto 20g

sałata, ogórek, szczypior, pomidor, rzodkiewka,

Składniki: schab wieprzowe, sól, białka **sojowe**, przyprawy (**gorczyca**)

Składniki: mleko, śmietanka, mleko w proszku

może zawierać **soję** oraz **orzechy**

- Herbata wiśniowa z cukrem 150 ml

Składniki: woda, cukier, herbata: wisnie, jabłko, kwiat hibiskusa, dzika róża, naturalne aromaty

DRUGIE ŚNIADANIE 47 KCAL

- Owoc kiwi 70g

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 2137 KCAL

- Zupa solferino z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), fasolka szparagowa, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, pomidory w puszcze, przyprawy

- Makaron spaghetti 100 g z sosem bolońskim 100 g

Składniki: makaron, łopataka wp., włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), pomidory, koncentrat pom., czosnek, przyprawy, olej rzepakowy

- Kompot wieloowocowy 150 ml

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

Może zawierać znikome ilości **glutenu**, **gorczyca**, **soja**, **jaja**, **mleko**,

zboża zawierające gluten, **orzechy** produkt może zawierać śladowe ilości

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, Pasta z **jajek** i szynki 20g, Polędwica drobiowa 20 g Papryka czerwona, zielona, żółta

Składniki: jajko, szynka konserwowa, (mięso wp z szynki 80% żelatyna wp.

woda, sól) majonez (żółtko **jaja**, musztarda- **gorczyca**

mięso 89 % woda, skrobia ziemniaczana, sól wzmacniacz smaku

przyprawy, substancje konserwujące. Może zawierać **gorczycę pochodną mleka łącznie z laktozą**

- Herbata malinowa z cukrem 150 ml

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

ŚNIADANIE 338 KCAL

DRUGIE ŚNIADANIE 325 KCAL

- Drożdżówka z jabłkiem 60g,

Składniki: mąka **pszenna**, jabłko, woda, cukier, drożdże, **jaja**, **mleko**

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 518 KCAL

- Żurek z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), mąka **żytnia**, kiełbasa śląska (mięso wieprzowe (90%), woda, sól, białko wieprzowe, kolagenowe, skrobia ziemniaczana, stabilizator), olej rzepakowy, **śmietana 12% (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych)**,

- Kotlet schabowy panierowany 80g, ziemniaki 100g

Składniki: schab wieprzowy, **jajka**, mąka **pszenna**, bułka tarta **pszenna**, olej rzepakowy, przyprawy, ziemniaki koper

- Surówka żydowska z ogórkiem kiszonym 100g

Składniki: biała kapusta, ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy, sok cytrynowy, przyprawy

- Kompot wieloowocowy 150 ml

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

Może zawierać znikome ilości **glutenu**, **gorczyca**, **soja**, **jaja**, **mleka**, **zboża zawierających gluten**, **orzechów**

ŚNIADANIE 315 KCAL

- Pieczyczo mieszane (gluten) 50g z masłem 10g, Wędlina wieprzowa 20g ,
Twarożek 20 g, Sałata ogórek szczypior
pomidor rzodkiewka kiełki

Składniki:mięso z piersi indyka, , woda , sól , przyprawy
Składniki: mleko, śmietanka ,mleko w proszku

- Herbata wiśniowa z cukrem 150 ml

Składniki:woda .cukier, herbata :wisnie jabłko kwiat hibiskusa dzika róża naturalne aromaty

DRUGIE ŚNIADANIE 96 KCAL

- Chrupki kukurydziane kręcone kukuryku 25 g

Składniki:grys kukurydziany 100 %

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 512 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

- Udko pieczone 120 g Ziemniaki 100g

Składniki:udko z kurczaka olej rzepakowy, przyprawy

ziemniaki

- Surówka szwedzka 100g

Składniki:ogorki konserwowe ,przyprawy

- Woda 150 ml

ŚNIADANIE 340 KCAL

- Pieczyczo mieszane / bułka pszenna (gluten) 50g z masłem 10g,
Ser żółty (mleko) 40 g pomidor ,ogórek świeży

Składniki: mleko, sól, kultury bakterii

- Herbata owoce leśne z cukrem 150 ml

Składniki:woda .cukier, herbata :wisnie jabłko kwiat hibiskusa dzika róża naturalne aromaty

DRUGIE ŚNIADANIE 57 KCAL

- Owoc mandarynka 70g

WIGILIA 2137 KCAL

- Barszczyk czerwony z uszkami 250 ml

- Pierogi ruskie z okrasą 100g

Składniki:mąka pszenna, woda, olej rzepakowy ,sól ,pieprz , ser twarogowy, cebula,

- Pasztecik z pieczarkami z serem

- Pasztecik z mięsem 80 g

Składniki:mąka pszenna (gluten) woda pieczarki mięso ser cebula

- Paluszek rybny 80g

Składniki:miruna (ryba) bułka tarta pszenna, jaj, przyprawy, 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