



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 19.10.2026

ŚNIADANIE

- Chleb wieloziarnisty/ Bułka **pszenna** 70 g,
Masło ekstra (**mleko**) 7g , Ser żółty (**mleko**) 30 g **orzechy** 7 g
pomidor 25 g ogórek świeży 25 g

Składniki: mąka **pszenna** 750 , mąka **żytnia** 720 , mąka **żytnia** 2000 woda , siemię lniane ,
słonecznik otręby **pszenne** nasiona **sezamu** drożdże, sól mąka **pszenna** 500 woda drożdże olej woda
mleko pasteryzowane , sól, stabilizatory, chlorek wapnia, kultury
bakterii , kwasu **mlekowego** , barwniki, beta karoten

- **Mleko** 200 ml

Składniki:

DRUGIE ŚNIADANIE

- Banan 40g

Składniki:

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa fasolki szparagowej z ryżem mieszanym 250 ml

Składniki: woda, ryż pełnoziarnisty ryż biały i , włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**) ,
fasolka szparagowa , **śmietana** 12% (**śmietanka** pasteryzowana, kultury bakterii **mlekowych**),
natka pietruszki lubczyk przyprawy

- Makron kokardki z **twarogiem** na słodko 140 g z musem **jogurtowo-** truskawkowym 60 g

Składniki: cukier, twaróg (**mleko**), jogurt (**mleko**) , truskawki makaronu: mąka **pszenna**, jajka, przyprawy

- Surówka z marchewki i pomarańcza 80 g

Składniki: marchew pomarańcza olej przyprawy

- Woda niegazowana 200ml

Składniki:

ŚNIADANIE

- Makaron na mleku 200g Chleb zwykły /Chleb graham 70 g, Masło 7g, Wędlina drobiowa 20g, Jajko gotowane 20g Sałata ogórek szczypior, pomidor rzodkiewka kiełki 50 g
Składniki:mąka pszenna jajka woda mleko mąka pszenna750 mąka żytnia mięso drobiowe woda, ,sól , białko drobiowe , przyprawy 720 woda drożdże sól mąka ziemniaczana, mąka pszenna graham 1850 mąka pszenna 500 woda mąka żytnia 720 drożdże sól olej mleko, śmietanka ,mleko w proszku

- Herbata owocowa z cukrem 150 ml

Składniki:woda .cukier, herbata : kwiat hibiskusa owoc dzikiej róży malina aronii jabłko żurawina aromaty naturalne

DRUGIE ŚNIADANIE

- Mus jabłkowy 100g

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa kalafiorowa z ziemniakami 250 ml

Składniki:woda, ,ziemniaki ,kalafior , włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler) śmietana 12 % natka pietruszki lubczyk przyprawy

- Bitki wieprzowe 80 g w sosie pieczeniowym 60g Kluski śląskie 140g

Składniki:schab ,cebula, mąka pszenna, przyprawy, olej ziemniaki, mąka pszenna ,jajko ,przyprawy

- Surówka selerowa z rodzynkami 80 g

Składniki: seler rodzynki jabłko jogurt majonez kielecki przyprawy

- Lemoniada 200ml

Składniki:cytryna, cukier, woda

- Chleb zwykły /Bułka pszenna graham 70 g Masło ekstra (mleko) 7g ,Jajecznicza na mleku 50 g , Szczypior 20 g papryka czerwona 20 g roszponka 10g

Składniki:mąka pszenna750 mąka żytnia 720 woda drożdże sól mąka ziemniaczana, mąka pszenna graham 1850 mąka pszenna 500 woda drożdże cukier sól olej jajka, mleko

- Bawarka z mlekiem 200ml

Składniki:herbata czarna mleko cukier

- Mandarynka 40 g

Składniki:

DRUGIE ŚNIADANIE

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa węgierska z ziemniakami 250 ml

Składniki:woda, ,ziemniaki , szynka wieprzowa, papryka czerwona, zielona żółta koncentrat pomidorowy, pomidory krojone olej rzepakowy, , przyprawy

- Sznyceł z indyka z pieca 80g Ziemniaki 140g

Składniki:mięso z indyka . Jajko, bułka tarta, , przyprawy olej rzepakowy

- Mizeria z ogórka 80g

Składniki:ogórki jogurt koper

- 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

- Kasza manna na mleku 200 g, Chleb zwykły /Chleb graham 70 g
Masło ekstra (mleko) 7g Wędlina wieprzowy 20g Twaróg 10g
Sałata ogórek szczypior pomidor rzodkiewka kiełki 50 g
Składniki: mleko spożywcze kasza manna (pszenica) mąka pszenna 750 mąka żytnia 720 woda drożdże sól mąka ziemniaczana mąka pszenna graham 1850 mąka pszenna 500 woda mąka żytnia 720 drożdże sól olej mięso wieprzowe 85% woda, ,sól , białko wieprzowe , przyprawy mleko śmietanka bakterie fermentacji mlekowej
- Herbata żurawinowa z cukrem 200 ml
Składniki: woda ,cukier, herbata :dzika róża żurawina czarna porzeczka kwiat hibiskusa kwiat lipy kwiat malwy czarnej aromaty naturalne

DRUGIE ŚNIADANIE

- Marchewka 40 g

Składniki:

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Barszcz czerwony z fasolą 250 ml
Składniki: woda, i ,buraki włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler) fasola sucha, kapusta biała, cebula,, czosnek, śmietana 18% (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki lubczyk przyprawy
- Kotlety z soczewicy z pieca 80 g Ziemniaki puree 140g
Składniki: soczewica cebula marchew przyprawy ziemniaki mleko
- Surówka z kapusty kiszzonej 80 g
Składniki: kapusta kiszona marchew por przyprawy
- Woda 200 ml

ŚNIADANIE

- Płatki jaglane na mleku 200g Chleb wieloziarnisty/ Bułka pszenna 70 g,
Masło ekstra (mleko) 7g , dżem niskosłodzony 10g, wędlina drobiowa 20g
ogórek świeży 25 g papryk żółta 25 g
Składniki: mleko gniecione ziarna prosa mąka pszenna 750 , mąka żytnia 720 ,mąka żytnia 2000 woda ,siemię lniane , słonecznik otręby pszenne nasiona sezamu drożdże, sól, mąka pszenna 500 woda drożdże olej woda
- Herbata owoce leśne 200 ml
Składniki: woda ,cukier, herbata ,kwiat hibiskusa aronia malina jeżyna dzika róża bzu czarnego borówki czernicy

DRUGIE ŚNIADANIE

- Jabłko 40g

Składniki:

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa grochowa z ziemniakami 250 ml
Składniki: woda, ,ziemniaki ,włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), szynka wieprzowa groch suchy,)olej rzepakowy, czosnek, cebula, przyprawy
- Ryba w płatkach kukurydzianych z pieca 80g Pieczone ćwiartki ziemniaka 140g
Składniki: miruna (ryba płatki kukurydziane jaja, przyprawy, olej rzepakowy ziemniaki, mleko koper
- Surówka z kapusty pekińskiej 100g
Składniki: kapusta pekińska, kukurydza , papryka czerwona, ogórek, przyprawy, pietruszka majonez kielecki (olej rzepakowy, żółtko jaja, musztarda) gorczyca majonez kielecki
- 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