



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 22.06.2026

ŚNIADANIE 340 KCAL

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, Paszтет drobiowy (**mleko**) 40 g papryka

Składniki: woda, mięso z kurcząt, olej rzepakowy, kasza **manna**, białko **sojowe**, sól, przyprawy.

- Kawa zbożowa na **mleku** 150 ml

Składniki: serwatka w proszku z **mleka**, cukier, tłuszcz kokosowy, rozpuszczalna kawa zbożowa, (**jęczmień żyto**, cykorja,)**mleko** odtłuszczone w proszku, sól, aromaty
Produkt zawiera **mleko jęczmień żyto**

DRUGIE ŚNIADANIE 57 KCAL

- Śliwka 70g

Składniki:

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 169+263+65 KCAL

- Zupa pieczarkowa z ziemniakami 250ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włośzczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**) pieczarki, **śmietana** 12% (**śmietanka** pasteryzowana, kultury **mlekowych**), przyprawy

- Placki ziemniaczane 135g z **śmietaną** 10g

Składniki: ziemniaki, cebula, olej rzepakowy i słonecznikowy, skrobia ryżowa, sól,

- Surówka colesław 100g

Składniki: kapusta biała, marchew, przyprawy, majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja**, musztarda) **gorczyca**

- 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 **Jajko** 20 g Sałata ogórek szczypior pomidor rzodkiewka kiełk

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

- Herbata owoce leśne 150 ml

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

DRUGIE ŚNIADANIE 63 KCAL

- Chrupki kukurydziane bananowe kukuryku 15 g

Składniki: kasza kukurydziana 73% nierafinowany cukier trzcinowy olej słonecznikowy puree bananowe 3% sól morską słonecznikowy
Produkt może zawierać **soje gluten mleko orzeszki arachidowe oraz inne orzechy**

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

144+365+50 KCAL

- Zupa kalafiorowa z ziemniakami 250 ml

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

- Udko pieczone 120 g ziemniaki 100g

Składniki: udko z kurczaka olej rzepakowy, przyprawy

- Surówka z kapusty pekińskiej 100g

Składniki: kapusta pekińska, kukurydza , papryka czerwona, ogórek, przyprawy, pietruszka majonez (olej rzepakowy, żółtko **jaja**, musztarda)**gorczyca**

- Lemoniada 150ml

Składniki: cytryna, cukier, woda

ŚNIADANIE 338 KCAL

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, Połędwica drobiowa 20 g Pasta z **jajek** i szynki 30g **papryka**

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 pochodne mleka łącznie z laktozą**

- Herbata lipowa z cukrem 150 ml

Składniki: woda .cukier, herbata kwiat lipy

DRUGIE ŚNIADANIE 170 KCAL

- Drożdżówka z jabłkiem 60g,

Składniki: mąka **pszenna**, jabłka woda, cukier, drożdże, **jaja** ,

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

140+369+65 KCAL

- Zupa pomidorowa z ryżem 250ml

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

- Paluszek drobiowy panierowany 80g ziemniaki 100g

Składniki: filet drobiowy , **jajko**, buka tarta **pszenna**, przyprawy, olej

- Pomidory z szczypiorkiem i **śmietaną** 100g

Składniki: pomidory **śmietana** 18%, jogurt naturalny (kultury bakterii **mlekowych**)

- Kompot wieloowocowy 150 ml

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

ŚNIADANIE 315 KCAL

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, Wędlina drobiowa 20g
Serek kanapkowy kremowy ze szczypiorkiem 10g Sałata ogórek szczypior
pomidor rzodkiewka kiełki

Składniki:mięso z piersi indyka, woda, sól, przyprawy
ser twarogowy cebula, sól, czosnek suszony, szczypior suszony, przyprawy

- Herbata żurawinowa z cukrem 150 ml

Składniki:woda ,cukier, herbata :dzika róża żurawina czarna porzeczka kwiat
hibiskusa kwiat lipy kwiat malwy czarnej aromaty naturalne

DRUGIE ŚNIADANIE 50 KCAL

- Nektarynka 70g

Składniki:

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 208+293+0 KCAL

- 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% (śmietanka pasteryzowana,
kultury bakterii mlekowych), przyprawy

- Makaron spaghetti 100 g z sosem bolońskim 100 g

Składniki:makaron, łopatką wp., pomidory, koncentrat pom., czosnek, przyprawy, olej rzepakowy.

- Woda 150 ml

ŚNIADANIE 343 KCAL

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

Składniki:mąka 72%pszenna ,pszenna pełnoziarnista 25%,kukurydziana ,cukier syrop z pszenicy,kakao,olej
słonecznikowy ,witamina b6 ,witamina d
100% owoców cukry pochodzące z owoców

- 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) 190+322+65 KCAL

- Zupa gulaszowa z ziemniakami 250 ml

Składniki:woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki,
seler) łopatką wieprzowa, papryka czerwona, pieczarki, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy,
śmietana 12% (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych), przyprawy

- Paluszek rybny 80g ziemniaki 100g

Składniki: miruna (ryba) bułka tarta pszenna, jaja, przyprawy, olej rzepakowy

- Surówka meksykańska z kukurydzą 100g

Składniki:kapusta biała, marchew, kukurydza, majonez (olej rzepakowy,
żółtka jaja, musztarda) gorczyca, przyprawy

- 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