



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 28.09.2026

ŚNIADANIE

- Makaron jajeczny na mleku 200g, Chleb wieloziarnisty/ Bułka pszenna 70 g, Masło ekstra (mleko) 7g, Ser żółty (mleko) 30 g Wędlina wieprzowy 15g pomidor 25 g ogórek świeży 25 g

Składniki: mąka pszenna jajka woda mleko 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 mięso wieprzowe 85% woda, sól, białko wieprzowe, przyprawy

- Herbata lipowa z cukrem 200 ml

Składniki: woda, cukier, herbata, kwiat lipy

DRUGIE ŚNIADANIE

- Arbuz 40g

Składniki:

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa kapuśniak z kaszą 250 ml

Składniki: woda, kasza pęczak kapusta kiszona włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), natka pietruszki lubczyk przyprawy

- Pierogi ruskie z jogurtem 200g

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

- Surówka porowa z soczewica 80g

Składniki: kapusta biała, soczewica zielona por, olej rzepakowy

- Woda niegazowana 200ml

Składniki:

ŚNIADANIE

- Budyń waniliowy na mleku 200g , Chleb zwykły /Chleb graham 70 g, Masło 7g, Wędlina drobiowa 20g, Jajko gotowane 20g
Sałata ogórek szczypior pomidor rzodkiewka kiełki 50g
Składniki: cukier, skrobia (ziemniaczana, kukurydziana), skrobia modyfikowana ziemniaczana, aromat waniliowy, 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 z piersi indyka, woda, sól, przyprawy mleko, śmietanka, mleko w proszku

- Herbata owocowa z cukrem 150 ml

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

DRUGIE ŚNIADANIE

- Kiwi 40g

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Barszcz ukraiński z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, buraki włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), fasola sucha, kapusta biała, cebula, czosnek, śmietana 18% (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych), natka pietruszki lubczyk, przyprawy

- Gołąbki z ryżem pełnoziarnistym i pieczarkami 80g z sosem pomidorowym 60g Ziemniaki 140g

Składniki: ryż pełnoziarnisty, pieczarka, cebula, siemię lniane, przyprawy, cebula, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna, śmietana 12% (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych), olej, przyprawy

- Brokuły z groszkiem z jogurtem 100g

Składniki: brokuł, groszek, jogurt, czosnek, przyprawy

- Lemoniada 200ml

Składniki: cytryna, cukier, woda

ŚNIADANIE

- Chleb zwykły /Bułka pszenna graham 70 g
Masło ekstra (mleko) 7g, Pasta jajeczna 20 g
Szcypior 20 g papryka czerwona 20 g rukola 10g

Składniki: mąka pszenna 750 mąka żytnia 720 woda drożdże sól mąka ziemniaczana, mąka pszenna graham 1850 mąka pszenna 500 woda drożdże, cukier, sól, olej, jajka, majonez, kielecki (jaja, gorczyca), przyprawy

- Kawa zbożowa z mlekiem 200ml

Składniki: mleko, kawa zbożowa

DRUGIE ŚNIADANIE

- Suszone chipsy jabłkowe o smaku mango 12g

Składniki:

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa ryżowa 250 ml

Składniki: woda, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), ryż pełnoziarnisty, ryż biały, natka pietruszki lubczyk, przyprawy

- Kotlet schabowy panierowany pieczony w piecu 80g ziemniaki 140 g

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

- Mizeria z ogórków i jogurt 80g

Składniki: ogórki, jogurt, przyprawy

- Kompot wieloowocowy 150 ml

Składniki: czerwona porzeczka, agrest, aronia, truskawka, śliwka bez pestek
Może zawierać śladowe ilości glutenu, gorczycy, soi, jaj, mleka, zbóż zawierających gluten, orzechów

ŚNIADANIE

- Kasza kukurydziana 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 kukurydziana (100% kukurydz rozdrobniona) mąka pszenna
750 mąka żytnia 720 woda drożdże sól mąka ziemniaczana
Składniki mąka pszenna graham 1850 mąka pszenna 500 woda mąka żytnia 720 drożdże sól olej
mięso wieprzowe 85% woda, sól, białko wieprzowe, przyprawy mleko śmietanka
- Herbata wiśniowa z cukrem 150 ml
Składniki: woda, cukier, herbata: wiśnie jabłko kwiat hibiskusa dzika róża naturalne aromaty

DRUGIE ŚNIADANIE

- Banan 40 g

Składniki:

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa koperkowa z ziemniakami 250 ml
Składniki: woda, ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler)
koperki świeży śmietana 12% (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych), lubczyk
przyprawy
- Gulasz drobiowy w sosie własnym 150 g Kluski śląskie 140g
Składniki: mięso drobiowe, cebula, papryka czerwona, przyprawy mąka pszenna
ziemniaki, mąka pszenna, jajko, przyprawy
- Surówka z czerwonej kapusty 80g
Składniki: kapusta czerwona, jogurt, jabłko,
- Woda 150 ml

ŚNIADANIE

- Płatki jaglane na mleku 200 g, Chleb wieloziarnisty/ Bułka pszenna 70 g,
Masło ekstra (mleko) 7g, dżem niskosłodzony 10g, wędlina drobiowa 20g
ogórek świeży 25 g papryka żółta 25 g
Składniki: cukier, skrobia (ziemniaczana, kukurydziana), skrobia modyfikowana ziemniaczana, aromat waniliowy
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 150 ml
Składniki: woda, cukier, herbata: dzika róża żurawina czarna porzeczka kwiat hibiskusa
kwiat lipy kwiat malwy czarnej aromaty naturalne

DRUGIE ŚNIADANIE

- Marchew 40g

Składniki:

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa grochowa z ziemniakami 250 ml
Składniki: woda, ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), groch suchy, olej rzepakowy,
czosnek, cebula, przyprawy
- Kotlet rybny 80 g Ziemniaki puree 140 g
Składniki: filet z mintaja woda mąka pszenna, olej rzepakowy, mąka kukurydziana, sól jajko, skrobia pszenna przyprawy
ziemniaki, jogurt koper
- Surówka bułgarska z papryką 80 g
Składniki: kapusta biała, papryka czerwona marchew olej 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