



# JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 29.06.2026

**ŚNIADANIE**  
343 KCAL

- Rogal maślany z masłem 40g,  
Budyń waniliowy 150 ml, dżem niskosłodzony 10g

**Składniki:** 100% owoców cukry pochodzące z owoców mąka pszenna, woda, cukier, drożdże, jajka, cukier, skrobia (ziemniaczana, kukurydziana), skrobia modyfikowana ziemniaczana, aromat waniliowy

**OBIAD**  
(ZUPA + DRUGIE DANIE)  
90+409 KCAL

- Zupa solferino z ziemniakami 250 ml

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

- Pierogi ruskie z okrasą / śmietaną 200g

**Składniki:** ogórek konserwowy, przyprawy

- Surówka szwedzka 100g

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

WTOREK 30.06.2026

**ŚNIADANIE**  
315 KCAL

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna 50g z masłem 10g  
Wędlina wieprzowa 20g pomidor

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

**OBIAD**  
(ZUPA + DRUGIE DANIE)  
170+348 KCAL

- Barszcz ukraiński z ziemniakami 250 ml

**Składniki:** woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, buraki włośczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler) fasola sucha, kapusta biała, cebula, boczek, czosnek, śmietana 18% (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych), przyprawy

- Filet pieczony z kurczaka 80g w sosie paprykowym 60g ryż na sypko 100g

**Składniki:** mięso z kurczaka, olej rzepakowy, przyprawy

**Składniki:** masło, przyprawa papryka, mąka pszenna śmietana

- Surówka z kapusty z koprem 100g

**Składniki:** biała kapusta, cebula, koper, olej rzepakowy, sok cytrynowy, przyprawy

ŚRODA 01.07.2026

## ŚNIADANIE 301 KCAL

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, Polędwica drobiowa 20 g  
Pasta **rybna** z porą 20 g Ogórek małosolny ,szczypior

**Składniki:** miruna (ryba) pora , koncentrat przyprawy, masło  
mięso 89 % woda skrobia ziemniaczana sól wzmacniacz smaku przyprawy substancje konserwujące  
Może zawierać **gorczycę pochodne mleka łącznie z laktozą**

## OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 198+320 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

- Surówka z buraczków i cebuli 100g

**Składniki:**buraki, cebula,olej rzepakowy, sok cytrynowy, przyprawy

CZWARTEK 02.07.2026

## ŚNIADANIE 315 KCAL

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna 50g z masłem 10g  
Wędlina drobiowa 40g sałata

**Składniki:**mięso z piersi indyka, , woda , sól , przyprawy

## OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 130+382 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

- Mielony wieprzowy 80 g ziemniaki 100 g

**Składniki:**udko z kurczaka olej rzepakowy, przyprawy

- Mizeria ze **śmietaną** 100g

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

PIĄTEK 03.07.2026

## ŚNIADANIE 338 KCAL

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g,  
Pasta z **jaj** i **twarogu** 40g papryka ogórek

**Składniki:** **jajko**, **twaróg** sól pieprz **śmietana**

## OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 95+314 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

- Hamburger **rybny** 80g ziemniaki 100g

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

- Surówka z kapusty kiszzonej 100 g

**Składniki:**kapusta kiszona , por , jabłko, przyprawy