



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 04.05.2026

ŚNIADANIE 292 KCAL

- Pieczywo mieszane/bułka pszenna (**gluten**), masło, jajko gotowane, papryka czerwona, ogórek, sałata
- Herbata z cytryną 150ml

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 550 KCAL

- Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, ogórek kiszony, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), śmietana 12%, przyprawy
- Gulasz meksykański 150g kasza kuskus 100g
Składniki: pierś z kurczaka, przecier pomidorowy, groszek, kukurydza, papryka cebula, czosnek, olej, przyprawy.
- Kompot wieloowocowy 150ml
Składniki: czerwona porzeczka, agrest, aronia, truskawka, śliwka

PODWIECZOREK 45 KCAL

- Suszone chipsy jabłkowe 12g

WTOREK 05.05.2026

ŚNIADANIE 302 KCAL

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, pasta z jajek i szynki 40g, papryka, ogórek, rzodkiewka, szczypior, sałata
Składniki: jajko, szynka konserwowa (mięso wieprzowe z szynki 80%, żelatyna wieprzowa, woda, sól), majonez (żółtko jaja, musztarda (**gorczyca**))

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 480 KCAL

- Herbata z żurawiny 150ml
- Rosół z makaronem 250ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler) makaron: jajka mąka pszenna, przyprawy
- Filet drobiowy panierowany 80g, ziemniaki 100g
Składniki: filet drobiowy, jajko, bułka tarta, olej rzepakowy, przyprawy.
- Sałata ze śmietaną 100g
Składniki: sałata lodowa, śmietana 12% z mleka, przyprawy.
- Woda 150 ml

PODWIECZOREK 30 KCAL

- Nektarynka 70g

ŚRODA 06.05.2026

ŚNIADANIE 510 KCAL

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 590 KCAL

PODWIECZOREK 105 KCAL

CZWARTEK 07.05.2026

ŚNIADANIE 250 KCAL

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 680 KCAL

PODWIECZOREK 100 KCAL

PIĄTEK 08.05.2026

ŚNIADANIE 350 KCAL

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE) 550 KCAL

PODWIECZOREK 23 KCAL

- Chleb **pełnoziarnisty**/ bułka pszenna (**gluten**) 50g, z masłem 10 g, **Serek wiejski z ogórkiem** 40g, mix sałat, rzodkiewka
Składniki: twaróg (**śmietanka** pasteryzowana, kultury bakterii **mlekowych**, sól, ogórek), sałata zielona, sałata czerwona, rukola, szpinak baby
- Herbata malinowa 150ml
- Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 250 ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), fasolka szparagowa, **śmietana** 12% (**śmietanka** pasteryzowana, kultury bakterii **mlekowych**), przyprawy
- Pyzy drożdżowe 120 g z sosem **jogurtowo-malinowym** 40g
Składniki: mleko, mąka **pszenna**, jajka, jogurt naturalny, maliny, olej rzepakowy
- Lemoniada 150ml

- Banan 70g

- Pieczywo mieszane/ bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, **połędwica drobiowa** 40g, **papryka, pomidor sałata**
Składniki: połędwica (mięso 89%, woda, skrobia ziemniaczana, sól, wzmacniacz smaku, przyprawy, substancje konserwujące; może zawierać **gorczycę i pochodne mleka**)
- Herbata z Lipy 150ml
- Zupa pieczarkowa z ziemniakami 250ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), pieczarki, **śmietana** 12%, przyprawy
- Pieczeń rzymska 80g w ciemnym sosie 70g, kasza **jęczmienna** 100g
Składniki: łopatką wieprzowa, **jajka**, cebula, olej rzepakowy, bułka **pszenna**, przyprawy).
sos: (wywar wieprzowy, mąka **pszenna**, przyprawy).
- Surówka z czerwonej kapusty 100g
Składniki: kapusta czerwona, cebula, olej roślinny, przyprawy
- Kompot wieloowocowy 150ml
Składniki: czerwona porzeczka, agrest, aronia, truskawka, śliwka
- Mus jabłkowy 100g
Składniki: przecier jabłkowy 100%. Produkt może zawierać **seler, gorczycę, sezam**.

- Chałka drożdżowa 50g, masło 10g, **dżem niskostodzony** 10g, ryż na **mleku** 150ml
Składniki: ryż, **mleko**, truskawka, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancje zagęszczające: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy

- Zupa pomidorowa z makaronem 250ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**) pomidory w puszcze, koncentrat pomidorowy, **śmietana** 12% (**śmietanka** pasteryzowana, kultury bakterii **mlekowych**), przyprawy Składniki makaron **jajka mąka pszenna**, przyprawy
- **Ryba saute** 80g, z ziemniakami 100g
Składniki: **Miruna (ryba)**, mąka **pszenna**, przyprawy, olej rzepakowy, ziemniaki.
- Surówka z kiszonej kapusty 100g
Składniki: kapusta kiszona, marchewka cebula, przyprawy.
- Lemoniada wiśniowa 150 ml
- Marchewka 70 g