



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 08.06.2026

ŚNIADANIE
350 KCAL

- **Pieczywo mieszane/bułka pszenna (gluten), masło, pasztet pieczony 40g, ogórek kanapkowy, pomidor, rzodkiewka**
Składniki: pasztet pieczony (mięso wieprzowe, wątróbka drobiowa, cebula, przyprawy)
- **Herbata z cytryną 150ml**

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
480 KCAL

- **Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem 250ml**
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włośczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler) szczaw konserwowy, śmietana 12% (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych), jajka przyprawy
- **Makaron spaghetti 150 g z sosem bolońskim 100 g**
Składniki: makaron, łopatka wieprzowa., włośczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), pomidory, koncentrat pom., czosnek, przyprawy, olej rzepakowy.

PODWIECZOREK
175 KCAL

WTOREK 09.06.2026

ŚNIADANIE
510 KCAL

- **Lemoniada 150ml**
- **Mini wafle kukurydziane z polewą malinową 35g**
Składniki: wafle kukurydziane 75.5% grys kukurydziany, polewa malinowa 24.5%, cukier, sól. Produkt może zawierać mleko, soję, gluten, orzeszki arachidowe, oraz inne orzechy
- **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

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
469 KCAL

- **Herbata malinowa 150ml**
- **Zupa pieczarkowa z makaronem 250ml**
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), włośczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), pieczarki, śmietana 12%, przyprawy, makaron: mąka pszenna, jajka, przypraw
- **Nuggetsy z kurczaka 80g ziemniaki 100g**
Składniki: Filet z piersi kurczaka jajka, przyprawy. Panierka kukurydziana bez dodatku cukru (grys kukurydziany 96%, sól, ekstrakt siodu jęczmiennego, emulgator: mono-i diglicerydy kwasów tłuszczowych. Produkt może zawierać soję oraz mleko, olej rzepakowy
- **Sałata ze śmietaną 100g**
Składniki: sałata lodowa, śmietana 12% z mleka, przyprawy.

PODWIECZOREK
105 KCAL

- **Woda 150 ml**
- **Banan 70g**

ŚRODA 10.06.2026

ŚNIADANIE
250 KCAL

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
590 KCAL

PODWIECZOREK
23 KCAL

CZWARTEK 11.06.2026

ŚNIADANIE
300 KCAL

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
540 KCAL

PODWIECZOREK
45 KCAL

PIĄTEK 12.06.2026

ŚNIADANIE
420 KCAL

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
525 KCAL

PODWIECZOREK
230 KCAL

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, polędwica drobiowa 40g, papryka, pomidor, sałata

Składniki: polędwica (mięso 89%, woda, skrobia ziemniaczana, sól, wzmacniacz smaku, przyprawy, substancje konserwujące; może zawierać **gorczycę i pochodne mleka**)

- Herbata owocowa 150ml

- Zupa Gołąbkowa 250 ml

Składniki: bulion mięsny, mięso mielone wieprzowe, kapusta biała, cebula, ryż, marchew, **seler**, pietruszka, koncentrat pomidorowy, przyprawy

- Pyzy drożdżowe 120 g z sosem **jogurtowo-malinowym** 40g

Składniki: **mleko**, mąka **pszenna**, jajka, jogurt naturalny, maliny, olej rzepakowy

- Lemoniada 150ml

- Marchewka 70 g

- Pieczywo mieszane, bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, **Jajecznica** ze szczypiorkiem 50g, rzodkiewka, pomidor

Składniki: jajka, masło, szczypior

- Herbata miętowa 150ml

- Zupa ryżowa 250 ml

Składniki: woda, wywar mięsny (drobiowy) włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**) ziemniaki, ryż, nać pietruszki, przyprawy.

- Schab w sosie własnym 120g z kasza **gryczaną** 100g

Składniki: schab, mąka **pszenna**, cebula, olej rzepakowy, przyprawy.

- Surówka szwedzka 100g

Składniki: ogórek konserwowy, przyprawy

- Kompot z wiśni 150ml

- Suszone chipsy jabłkowe 12g

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

Składniki: 100% owoców cukry pochodzące z owoców, płatki: grys kukurydziany, czekolada, syrop cukrowy inwertowany

- Herbata z lipy 150ml

- Zupa jarzynowa z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), kalambr, kapusta biała, fasolka szparagowa, groszek, brukselka, **śmietana** 12%, przyprawy

- Burger **rybny** w panierce 90g z ryżem 100g

Składniki: **miruna**, jajko, bułka tarta **pszenna**, olej rzepakowy, przyprawy

- Mini marchewki na ciepło 100g

- Kompot wieloowocowy 150ml

Składniki: czerwona porzeczka, agrest, aronia, truskawka, śliwka

- Rogal z dżemem 60 g

Składniki: mąka pszenna (**gluten**), margaryna, dżem woda, cukier, drożdże, jajka