



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 14.09.2026

ŚNIADANIE

- Pieczywo pszenne (**gluten**) 50g, z masłem ekstra (z **mleka**) 7 g, Pasta z **tuńczyka** 40g, ogórek, pomidor 60g
Składniki: Tuńczyk (**ryba**), jogurt naturalny, cebula, jajko gotowane
- **Mleko** 250 ml

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa ogórkowa z ziemniakami 250ml
Składniki: woda, bulion warzywny, ziemniaki, ogórek kiszony, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), **mleko** 2%, przyprawy
- Pierogi ruskie z okrasą z cebulki 200g,
Składniki: mąka **pszenna**, woda, **mleko**, jajka olej rzepakowy, **twaróg**, cebula
- Surówka z marchewki i jabłka 100g
Składniki: marchew, jabłko
- Kompot wieloowocowy /woda
Składniki: czerwona porzeczka, agrest, aronia, truskawka, śliwka
- Gruszka 70g

II ŚNIADANIE

WTOREK 15.09.2026

ŚNIADANIE

- Kasza **manna** na **mleku** z bananem 250g Pieczywo pełnoziarniste (**gluten**) 50g z masłem ekstra (z **mleka**) 7g, polędwica drobiowa 25 g, papryka, pomidor, sałata 60g
Składniki: **mleko** 2%, kasza manna (**pszenica**) banan, polędwica (mięso 89%, woda, skrobia ziemniaczana, sól, wzmacniacz smaku, przyprawy, substancje konserwujące; może zawierać **gorczycę** i pochodne **mleka**)
- Herbata z lipy 150 ml

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa krem z białych warzyw 250g grzanki z pieczywa pełnoziarnistego 10 g
Składniki: bulion warzywny, ziemniaki, kalamint, por, **seler**, cebula, **śmietana** 12%, kultury bakterii **mlekowych**, przyprawy
- Filet drobiowy panierowany 80g, ziemniaki puree 100g
Składniki: filet drobiowy, jajko, bułka tarta, olej rzepakowy, przyprawy, ziemniaki, **mleko**
- Sałata z jogurtem naturalnym 100g
Składniki: sałata lodowa, kultury bakterii **mlekowych**
- Woda

II ŚNIADANIE

- Koktajl malinowy 70g
Składniki: jogurt naturalny (z **mleka**) kultury bakterii **jogurtowych**, maliny

ŚRODA 16.09.2026

ŚNIADANIE

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

II ŚNIADANIE

CZWARTEK 17.09.2026

ŚNIADANIE

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

II ŚNIADANIE

PIĄTEK 18.09.2026

ŚNIADANIE

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

II ŚNIADANIE

- Pieczywo pełnoziarniste 50g z masłem ekstra (z **mleka**) 7g,
ser żółty 40 g, pomidor, ogórek zielony, rzodkiewka 60g
Składniki: mleko, sól, kultury bakterii
- Kawa Inka na **mleku** 150ml
Składniki: mleko 2%, kawa **zbożowa** Inka (**jęczmień**, **żyto**, cykorja)
- Zupa szczawiowa z kaszą **jęczmienną** i **jajkiem** 250ml
Składniki: bulion warzywny, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**) szczaw konserwowy, **śmietana** 12% (**śmietanka** pasteryzowana, kultury bakterii **mlekowych**), **jajka** przyprawy
- Gulasz z szynki z warzywami 150g, kluski śląskie 100g
Składniki: szynka wieprzowa, brokuł, marchew, fasola szparagowa, kalafior, przyprawy, olej, kluski: ziemniaki, skrobia ziemniaczana, **jajka**, **mleko**
- Ogórek konserwowy 100g
- Kompot wielowocowy/woda 150ml
Składniki: mleko 2%, kawa **zbożowa** Inka (**jęczmień**, **żyto**, cykorja)
- Śliwka 70g

- Zupa **mleczna** z płatkami **orkiszowymi** 250ml, bulka graham 40g, masło ekstra 7g
zielona pasta z brokuła i cukinii 30g, papryka kolorowa, pomidor 60g
Składniki: brokuł, cukinia, koperek, sok z cytryny, przyprawy
- Herbata malinowa 150ml
- Zupa grochowa z ziemniakami 250 ml
Składniki: woda, bulion warzywny, ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**),
groch suchy, **mleko**, olej rzepakowy, czosnek, cebula, przyprawy, **jogurt** naturalny (z **mleka**)
- Kaszotto z pieczarkami i fasolą 250g
Składniki: kasza **pęczak**, pieczarki, biała fasola, cebula, czosnek,
bulion warzywny, olej, rzepakowy, nać pietruszki, przyprawy
- Woda 150ml
- Mandarynka 70g

- Bulka pszenna (**gluten**) 50g z masłem ekstra (z **mleka**) 7g,
Płatki **owsiane** na **mleku** 250 ml, dżem niskosłodzony 10 g, marchewka cząstki 60g
Składniki: 100% owoców cukry pochodzące z owoców
- Herbata z lipy 150ml
- Zupa barszcz biały 250 ml
Składniki: bulion warzywny, ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**),
olej rzepakowy, **śmietana** 12%, przyprawy,
- Filet **rybny** saute pieczony 80 g z ziemniakami puree 100g
Składniki: ziemniaki, **mleko**, **ryba** miruna, przyprawy, olej rzepakowy
- Surówka z koperkiem 100g
Składniki: kapusta biała, marchew, por, koperek, olej rzepakowy
- Lemoniada z wiśni / woda
- Banan 70g