



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 19.01.2026

ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane/bułka pszenna (**gluten**), masło, paprykarz szczeciński 40 g, ogórek kiszony, pomidor

Składniki: ryba, ryż, koncentrat pomidorowy, przyprawy

- Herbata z cytryną 150ml

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa szczawiowa z ziemniakami i **jajkiem** 250ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**)
szczaw konserwowy, **śmietana** 12% (**śmietanka** pasteryzowana, kultury bakterii **mlekowych**), **jajka** przyprawy

- Gulasz meksykański 150g kasza kuskus 100g

Składniki: pierś z kurczaka, przecier pomidorowy, groszek, kukurydza, papryka cebula, czosnek, olej, przyprawy.

- Kompot wieloowocowy

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

- Rogal z dżemem 60 g

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

PODWIECZOREK

WTOREK 20.01.2026

ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane/ bulka pszenna (**gluten**), masło, twaróg ze śmietaną, rzodkiewka, szczypior

Składniki: mleko pasteryzowane, kultury bakterii mlekowych, sól

- Herbata owocowa 150ml

- Zupa krupnik z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), kasza **jęczmienna** (**gluten**), przyprawy

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Kotlet mielony wieprzowy 80g i ziemniaki 100g

Składniki: łopatką wieprzowa, bułka tarta **pszenna**, **jajko**, olej, przyprawy.

- Buraczki zasmażane 100g

Składniki: buraki, masło, przyprawy

- Woda niegazowana

PODWIECZOREK

- Jabłko 70g

ŚRODA 21.01.2026

ŚNIADANIE

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

PODWIECZOREK

CZWARTEK 22.01.2026

ŚNIADANIE

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

PODWIECZOREK

PIĄTEK 23.01.2026

ŚNIADANIE

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

PODWIECZOREK

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, polędwica drobiowa 40g, papryka, ogórek konserwowy
Składniki: polędwica (mięso 89%, woda, skrobia ziemniaczana, sól, wzmacniacz smaku, przyprawy, substancje konserwujące; może zawierać **gorczycę** i pochodne **mleka**)
- Herbata z lipy 150ml
- 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: mąka **pszenna**, **jajka**, przypraw
- Naleśniki mix (z **serem**, dżemem truskawkowym) 180g z sosem **jogurtowo – waniliowym**
Składniki: **mleko**, mąka **pszenna**, **jajko**, olej rzepakowy, truskawki.

- Woda niegazowana

- Śliwka 70g

- Bułka pszenna (**gluten**) 50g, masło 10g, Płatki owsiane na mleku 150 ml, dżem truskawkowy 10g
Składniki: pełne ziarna **owsa**, **mleko**, truskawka, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancje zagęszczające: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy
- Herbata z Lipy 150ml
- Zupa kalafiorowa z ziemniakami 250 ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, kalafior, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), **śmietana 12%**, przyprawy.
- Schab w sosie własnym 120g, kopytka 100g
Składniki: schab, mąka **pszenna**, cebula, olej rzepakowy, przyprawy. kopytka (ziemniaki, mąka **pszenna**, **jajko**, przyprawy)
- Ogórek konserwowy 100g
- Lemoniada z pomarańczą
- Ciastka **zbożowe** z jagodami 50g
Składniki: mąka **pszenna** pełnoziarnista, mąka **żytnia**, mąka **jęczmienna**, płatki owsiane, płatki **orkiszowe**, substancja słodząca, jagody

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, Wędlina wieprzowa 40g, papryka czerwona, ogórek, pomidor
Składniki: mięso wieprzowe z szynki 90%, przyprawy naturalne (sól, czosnek, majeranek, pieprz)
- Herbata owocowa 150ml
- 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**)
- Ryba saute 80g, ziemniaki 100g
Składniki: **miruna (ryba)**, mąka **pszenna**, przyprawy, olej rzepakowy, ziemniaki
- Surówka z kiszonej kapusty 100g
Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, przyprawy.
- Kompot śliwkowy
- Biszkopty bez dodatku cukru 40g
Składniki: mąka **pszenna**, mas **jajowa** pasteryzowana, substancja słodząca- maltitol, emulgatory: E471, E475, E 477