



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 21.09.2026

ŚNIADANIE

- Pieczywo pełnoziarniste (**gluten**) 50g, masło ekstra (z **mleka**) 7g, **Jajecznica** ze szczypiorkiem na **mleku** 50g, rzodkiewka, pomidor, papryka czerwona 60g
Składniki: jajka, mleko, szczypior
- Herbata miętowa 150ml

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa z brokułów 250 ml
*Składniki: bulion warzywny, ziemniaki, brokuł, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), jogurt naturalny kultury bakterii **mlekowych**), przyprawy*
- Pyzy ziemniaczane z mięsem i okrasą z cebulki 150g
*Składniki: ziemniaki, mąka ziemniaczana, **jajko**, mięso wieprzowe, cebula, przyprawy, olej rzepakowy, **mleko***
- Kapusta biała z koperkiem na ciepło 100g
*Składniki: kapusta kiszona, **masło** przyprawy, mąka **pszenna***
- Kompot z jabłek/ woda

II ŚNIADANIE

- Morele 70g

WTOREK 22.09.2026

ŚNIADANIE

- Bułka graham (**gluten**) 40g, masło ekstra (z **mleka**) 10g, **twarożek** z **jogurtem** naturalnym 40g, rzodkiewka, szczypior, sałata
*Składniki: mleko pasteryzowane, kultury bakterii **mlekowych**, sól*

- Herbata rumiankowa 150 ml

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa krem z pieczonych pomidorów z groszkiem ptysiowym 250 ml
*Składniki: bulion warzywny, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), pomidory, przyprawy
groszek ptysowy: mąka **pszenna**, **jaja**, woda, sól*
- Kotlet z soczewicy i warzyw 80g ziemniaki puree z koperkiem 100g
*Składniki: soczewica czerwona, marchew, cebula, cukinia, płatki **owsiane**, **jajko**, olej rzepakowy, przyprawy, **mleko***
- Surówka z marchewki i jabłka 100g
Składniki: marchew, jabłko
- Woda z cytryną

II ŚNIADANIE

- Winogrona 70g

ŚRODA 23.09.2026

ŚNIADANIE

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

II ŚNIADANIE

CZWARTEK 24.09.2026

ŚNIADANIE

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

II ŚNIADANIE

PIĄTEK 25.09.2026

ŚNIADANIE

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

II ŚNIADANIE

- Chleb razowy ze słonecznikiem 50g, masło ekstra (z **mleka**) 7g, Wędlina wieprzowa 25g, papryka czerwona, ogórek, pomidor 60g
*Składniki:*mięso wieprzowe ze schabu 100%, przyprawy naturalne (sól, czosnek, majeranek, pieprz)
- **Mleko** 150ml
Składniki: mleko 2%, kawa **zbożowa** Inka (**jęczmień**, **żyto**, cykoria)
- Rosół drobiowo-warzywny z makaronem pełnoziarnistym 250ml
*Składniki:*woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**) makaron: mąka z **pszenicy** durum, **jaja**
- Pieczona pierś z kurczaka w ziołach 90g, Ryż z warzywami 150g
*Składniki:*pierś z kurczaka, olej rzepakowy, zioła (oregano, bazylija tymianek) czosnek, papryka słodka, pieprz, sól ryż, marchew, kukurydza, groszek zielony, fasolka szparagowa, papryka, olej rzepakowy, natka pietruszki, przyprawy, mleko
- Woda z miętą 150ml
- Mus jabłkowo bananowy 100g
- Kasza **kuskus** na **mleku** 250g pieczywo pszenne (**gluten**) 40g z **masłem** ekstra 7g pasztet pieczony 40g, ogórek kanapkowy, pomidor, rzodkiewka 60g
*Składniki:*pasztet pieczony (mięso wieprzowe, wątróbka drobiowa, cebula, przyprawy)
- Herbata z cytryną 150ml
- Zupa z czerwonej soczewicy i warzyw 250g
*Składniki:*soczewica czerwona bulion warzywny, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), pomidory, przyprawy, ziemniaki, **mleko**
- Fasolka po bretońsku z warzywami 150g z kasza **pęczak** 100 g
*Składniki:*fasola biała, cebula, pomidory, marchewka, **seler** korzeń, pietruszka przyprawy, **mleko**
- Ogórek kiszony 100 g
- Woda z cytryną 150ml
- Brzoskwinia 70g
- Zupa **mleczna** z granolą **owsianą** naturalną bez cukru z bananem 250g Rogal **pszenny** z makiem 40g, z masłem ekstra (z **mleka**) 7 g, papryka cząstki, ogórek świeży 60g
Składniki: mleko, płatki **owsiane**, banan suszony, pestki słonecznika pestki dyni, siemię lniane, bez dodatku cukru
- Herbata z lipy 150ml
- Zupa barszcz czerwony 250ml
*Składniki:*woda, włoszczyzna, burak czerwony (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**) ziemniaki, buraczki, cebula, czosnek, przyprawy
- Kotlet **rybny** 80g, ziemniaki z koperkiem 100g
Składniki: ryba **miruna**, **jajka**, **bułka** tarta, **mleko**, olej rzepakowy, przyprawy.
- Surówka Meksykańska 100g
*Składniki:*kapusta biała, papryka, por, fasola czerwona konserwowa, olej roślinny, chrzan, przyprawy
- Lemoniada z pomarańcza / woda
- Jabłko 70g