



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 23.11.2026

ŚNIADANIE

II ŚNIADANIE

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Pieczywo **wielozziarniste**/bułka **pszenna** 70g z masłem extra (z **mleka**) 7g, **ser** żółty 30 g, dżem niskosłodzony 10g pomidor koktajlowy, ogórek zielony, sałata 60g
Składniki: mleko, sól, kultury bakterii

- Kawa Inka na **mleku** 200 ml/ woda
Składniki: **mleko** 2%, kawa zbożowa Inka (**jęczmień**, **żyto**, cykorja)
- Gruszka 40g

- Zupa kalafiorowa z ziemniakami 250 ml
Składniki: woda, bulion warzywny, ziemniaki, kalafior, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), **śmietana** 12%, przyprawy.
- Pyzy ziemniaczane z mięsem i okrasą z cebulki 150g
Składniki: ziemniaki, mąka ziemniaczana, **jajko**, mięso wieprzowe, cebula, przyprawy, olej rzepakowy, **mleko**
- Kapusta zasmażana 140g
Składniki: kapusta kiszona, **masło** przyprawy, mąka **pszenna**
- Kompot z jabłek/Woda
Składniki:

WTOREK 24.11.2026

ŚNIADANIE

II ŚNIADANIE

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa **mleczna** z płatkami ryżowymi 150 ml Pieczywo **pełnoziarniste**/ **pszenne** 70g, z masłem extra (z **mleka**) 7g Pasta z pieczonej marchewki i ciecierzycy 40 g, ogórek kiszony, sałata 60g
Składniki: marchew, ciecierzycza, oliwa, sok z cytryny, przyprawy
- Herbata owocowa 200ml / woda
Składniki:
- Mandarynka 40g
- Zupa szczawiowa z ziemniakami i **jajkiem** 250ml
Składniki: bulion warzywny, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**) szczaw konserwowy śmietana 12% (**śmietanka** pasteryzowana, **kultury bakterii** mlekowych), **jajka** przyprawy
- Kotlet mielony wieprzowy 80g ziemniaki 140g
Składniki: topatka wieprzowa, bułka tarta **pszenna**, **jajko**, olej, przyprawy, **mleko**, cebula
- Surówka z buraczków 80g
Składniki: burak czerwony, cebula, olej rzepakowy, przyprawy
- Lemoniada z pomarańcza i limonki/woda

ŚRODA 25.11.2026

ŚNIADANIE

II ŚNIADANIE

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- **Owsianka na mleku** 150 ml, chleb **graham**/ bagietka **pszenna** 70g, z masłem (z **mleka**) 7g polędwica z indyka 25g, ogórek kiszony, pomidor, rukola 60g

Składniki:mięso z indyka 98%, woda, przyprawy

- **Herbata rumiankowa** 200 ml/ woda

Składniki:

- **Śliwka** 40g

Składniki:

- **Zupa Gołąbkowa** 250 ml

Składniki:bulion warzywny, mięso mielone wieprzowe, kapusta biała, cebula, ryż biały, marchew, **seler**, pietruszka, pomidory, **mleko** 2% przyprawy

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

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

- **Woda**

- **Chleb graham**, bułka kukurydziana 70g, masło ekstra (z **mleka**) 7g, pasztet z czerwonej soczewicy 40g, rzodkiewka, ogórek kiszony, pomidor 60g

Składniki:czerwona soczewica sucha, cebula, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy

- **Kakao z mleka** 200ml/ woda

- **Banan** 40g

Składniki:

- **Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami** 250 ml

Składniki:bulion warzywny, ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), fasolka szparagowa, śmietana 12% (**śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych**), przyprawy

- **Sos pomidorowo- marchewkowy (A la Bolognese)** 110 g makaron penne razowy 140g

Składniki:pomidory krojone, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, groszek zielony, przyprawy makaron: mąka z **pszenicy** durum, woda, **mleko**

- **Sałata lodowa z ogórkiem i kukurydzą** 80g

- **Kompot z jabłek /woda**

Składniki:

CZWARTEK 26.11.2026

ŚNIADANIE

II ŚNIADANIE

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- **Zupa mleczna** z kaszą **manną** 150 ml, pieczywo **razowe** 70g, masło extra (z **mleka**) 7g, Wędlina wieprzowa 25 g, rzodkiewka, mix sałat, pomidor 60g

Składniki:zupa mleczna: **mleko**, **gluten**, **pszenica**, mięso wieprzowe ze szaby 100%, przyprawy naturalne (sól, czosnek, majeranek, pieprz)

- **Herbata owocowa** 200 ml / woda

Składniki:

- **Jabłko** 40g

Składniki:

- **Zupa pomidorowa z białym ryżem** 250ml

Składniki:bulion warzywny, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), ryż, pomidory w puszcze, koncentrat pomidorowy, śmietana roślinna 15%, przyprawy

- **Paluszki rybne** 80g, ziemniaki z koperkiem 140g

Składniki: ryba miruna, **jajko**, **bułka** tarta, olej rzepakowy, przyprawy, ryż biały, ryż brązowy, **mleko**

- **Surówka z seler**a z marchewką 80g

Składniki: **seler**, marchewka, sok z cytryny, **jogurt** naturalny, przyprawy

- **Lemoniada truskawkowa / woda**

Składniki: