



# JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 24.11.2025

## 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 pomidorowa z ryżem 250ml

**Składniki:** woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), ryż, pomidory w puszcze, koncentrat pomidorowy, **śmietana** 12%, przypraw

- Pyzy ziemniaczane z mięsem i okrasą 150g

**Składniki:** ziemniaki, mąka ziemniaczana, **jajko**, mięso wieprzowe, cebula, przyprawy

- Kapusta kiszona zasmażana 100g

**Składniki:** kapusta kiszona, masło, przyprawy, mąka **pszenna**

- Woda z cytryną

## PODWIECZOREK

WTOREK 25.11.2025

## ŚNIADANIE

- Rogal **pszenny** 50g, masło 10g, dżem niskosłodzony 10g, płatki owsiane na **mleku** 150ml

**Składniki:** pełne ziarna **owsa**, **mleko**, truskawka, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, substancje zagęszczające: guma guar, regulator kwasowości: kwas cytrynowy

## OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Rosół z makaronem 250ml

**Składniki:** woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**) makaron (**jajka**, mąka **pszenna**, przyprawy)

- Filet drobiowy panierowany 80g, ziemniaki 100g

**Składniki:** filet drobiowy, **jajko**, bułka tarta **pszenna**, olej rzepakowy, przyprawy

- Surówka meksykańska z kukurydzą 100g

**Składniki:** kapusta biała, marchew, kukurydza, majonez (olej rzepakowy, żółtka **jaja**, musztarda (**gorczyca**)), przyprawy

- Kompot owocowy

- Jabłko 70g

## PODWIECZOREK

ŚRODA 26.11.2025

## ŚNIADANIE

## OBIAD

### (ZUPA + DRUGIE DANIE)

## PODWIECZOREK

CZWARTEK 27.11.2025

## ŚNIADANIE

## OBIAD

### (ZUPA + DRUGIE DANIE)

## PODWIECZOREK

PIĄTEK 28.11.2025

## ŚNIADANIE

## OBIAD

### (ZUPA + DRUGIE DANIE)

## PODWIECZOREK

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, wędlina drobiowa 40g, **twarożek** 20 g, sałata, ogórek, szczypior, rzodkiewka

**Składniki:**mięso z piersi indyka, woda, sól, przyprawy / **Twarożek:** mleko, śmietanka

- Herbata owocowa 150 ml

- Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 250 ml

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

- Gulasz meksykański 150g z kaszą kuskus 100g

**Składniki:** pierś z kurczaka, przecier pomidorowy, groszek, kukurydza, papryka cebula, czosnek, olej, przyprawy, **pszenica** durum

- Kompot owocowy

- **Jogurt** owocowy 125g

**Składniki:** **mleko**, miód, **jogurt** naturalny (żywe kultury bakterii, owoce)

- Pieczywo mieszane/ bułka pszenna (**gluten**), masło, **jajko** gotowane, papryka czerwona, ogórek, sałata

- Kakao na **mleku** 150 ml

- Zupa krupnik z ziemniakami 250 ml

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

- Stek wieprzowy 80g z ziemniakami 100g

**Składniki:**mięso mielone z łopatki wieprzowej, **jajka**, bułka tarta **pszenna** (**gluten**), przyprawy, olej rzepakowy

- Surówka z kiszonych ogórków 100g

**Składniki:**ogórek kiszony, cebula, przyprawy

- Kompot jabłkowy

- Gruszka 70g

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, parówki drobiowe 70g, ketchup, marchewka

**Składniki:**mięso z piersi kurczaka 74%, mięso wieprzowe 14%, woda, białka **mleka**

- Herbata z lipy 150ml

- Zupa solferino z ziemniakami 250 ml

**Składniki:**woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), fasolka szparagowa, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, pomidory w puszcze, przyprawy

- Ryba saute 80g, ziemniaki 100g

**Składniki:** **miruna** (**ryba**), mąka **pszenna**, przyprawy, olej rzepakowy, ziemniaki

- Bukiet warzyw na ciepło 100g

**Składniki:**marchewka, brokuł, kalafior

- Lemoniada 150 ml

- Śliwka 70g