



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 30.03.2026

ŚNIADANIE
407 KCAL

- Pieczywo mieszane/bułka pszenna (**gluten**), masło, ser żółty 40 g, pomidor, ogórek świeży, sałata
Składniki: mleko, sól, kultury bakterii
- Kakao z mleka 150ml

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
470 KCAL

- Zupa z brokułów 250 ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, brokuł, włośczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), śmietana 12% (śmietanka pasteryzowana, kultury bakterii mlekowych), przyprawy
- Pierogi ruskie z okrasą 200g,
Składniki: mąka pszenna, woda, olej rzepakowy, sól, pieprz, cebula
- Surówka warzywna 100g
Składniki: kapusta biała, cebula, marchewka, przyprawy
- Lemoniada wiśniowa 150ml

PODWIECZOREK
100 KCAL

- Mus jabłkowy 100g
Składniki: przecier jabłkowy 100%. Produkt może zawierać seler, gorczycę, sezam.

WTOREK 31.03.2026

ŚNIADANIE
250 KCAL

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, Wędlina drobiowa 40g, sałata, ogórek, rzodkiewka, papryka
Składniki: mięso z piersi indyka 95%, woda, sól, przyprawy

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
520 KCAL

- Herbata miętowa 150ml
- Zupa pomidorowa z ryżem 250ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), włośczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler) ryż, pomidory w puszcze, koncentrat pomidorowy, śmietana 12%, przypraw
- Nuggetsy z kurczaka 80g ziemniaki 100g
Składniki: Filet z piersi kurczaka jajka, przyprawy. Panierka kukurydziana bez dodatku cukru (grys kukurydziany 96%, sól, ekstrakt słodki jęczmiennego, emulgator: mono-i diglicerydy kwasów tłuszczowych. Produkt może zawierać soję oraz mleko, olej rzepakowy

PODWIECZOREK
105 KCAL

- Surówka Krymska 100g
Składniki: kapusta biała, kapusta pekińska, por, sos tatarski
- Kompot wieloowocowy 150ml
Składniki: czerwona porzeczka, agrest, aronia, truskawka, śliwka
- Banan 70g

ŚRODA 01.04.2026

ŚNIADANIE
350 KCAL

OBIAD
(ZUPA + DRUGIE DANIE)
465 KCAL

PODWIECZOREK
32 KCAL

CZWARTEK 02.04.2026

DZIEŃ WOLNY

- **Pieczycwo mieszane / bułka pszenna (gluten) 50g z masłem 10g, pasztet pieczony 40g, ogórek kanapkowy, pomidor, rzodkiewka**
Składniki: pasztet pieczony (mięso wieprzowe, wątróbka drobiowa, cebula, przyprawy)
- **Herbata z cytryną 150ml**
- **Zupa pieczarkowa z makaronem 250ml**
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, seler), pieczarki, śmietana 12%, przyprawy, makaron: mąka pszenna, jajka, przypraw
- **Pancakes 120g z sosem jogurtowo – malinowym 40g**
Składniki: mleko, jajka, mąka pszenna, jogurt, olej, maliny.

- **Woda 150ml**
- **Gruszka 70g**

PIĄTEK 03.04.2026

DZIEŃ WOLNY