

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 29.09.2025 do 03.10.2025	2
Poniedziałek 29.09.2025	2
Śniadanie:	2
Pierwsze danie:	2
Drugie danie:	2
Wtorek 30.09.2025	3
Śniadanie:	3
Pierwsze danie:	3
Drugie danie:	3
Środa 01.10.2025	4
Śniadanie:	4
Pierwsze danie:	4
Drugie danie:	4
Czwartek 02.10.2025	5
Śniadanie:	5
Pierwsze danie:	5
Drugie danie:	5
Piątek 03.10.2025	6
Śniadanie:	6
Pierwsze danie:	6
Drugie danie:	6
Legenda (objaśnienia):	Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.

Jadłospis obowiązujący od 29.09.2025 do 03.10.2025

Poniedziałek 29.09.2025

Śniadanie:

Pieczywo mieszane z pastą z tuńczyka, ogórkiem i szczypiorkiem. Kawa Inka na mleku. Owoc.

Składniki:

- chleb pszenny (**gluten pszenny**), chleb żytni (**gluten żytni**), masło(**mleko**), tuńczyk(**ryba**), ogórek kiszony, szczypiorek, kawa inka(**gluten żytni, gluten jęczmienny**), mleko(**mleko**), jabłko

Pierwsze danie:

Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami na żeberkach.

Wafle ryżowe ze słonecznikiem.

Składniki:

- żeberkach paski wieprzowe, soczewica czerwona, ziemniaki, marchewka, pietruszka, por, **seler**, wafle ryżowe ze słonecznikiem

Drugie danie:

Makaron z serem białym, brzoskwinia i rodzynkami. Marchew do chrupania.

Składniki:

- makaron (**gluten pszenny**), ser biały twarogowy półtłusty(**mleko**), brzoskwinia, rodzyнки, cukier, marchew, masło(**mleko**)

Cytrynada

- Składniki: cytryna, miód

Wtorek 30.09.2025

Śniadanie:

Kasza manna na mleku. Bułka z pastą z sera białego i suszonych pomidorów ze szczypiorkiem. Papryka do chrupania. Herbata owocowa.

Składniki:

- kasza manna(**gluten pszenney**), mleko(**mleko**), bułka pszenna(**gluten pszenney**), masło(**mleko**), ser biały(**mleko**), suszone pomidory, szczypiorek, papryka czerwona, herbata owocowa.

Pierwsze danie:

Zupa szpinakowa z makaronem. Półmisek owocowy.

Składniki:

- porcja rosółowa z kurczaka, makaron(**gluten pszenney**), szpinak rozdrobniony, marchewka, pietruszka por, **seler**, śmietanka 12%(**mleko**), śliwka, nektarynka

Drugie danie:

Gulasz drobiowy z pietruszką. Ryż paraboliczny. Sur. brokuł na parze z sezamem.

Składniki:

- filet drobiowy z kurczaka, mąka pszenna(**gluten pszenney**), śmietanka 12%(**mleko**), natka pietruszki, cebula, olej rzepakowy, przyprawy
- ryż paraboliczny
- brokuł, sezam(**nasiona sezamu**)

Galaretka do picia

- Składniki: galaretka

Środa 01.10.2025

Śniadanie:

Stół szwedzki. Kakao. Owoc.

Składniki:

- chleb pszenny(**gluten pszenny**), chleb żytni (**gluten żytni**), masło(**mleko**), ser żółty(**mleko**), szynka wieprzowa, ogórek, pomidor, szczypiorek, kakao, mleko(**mleko**), jabłko

Pierwsze danie:

Zupa z ciecierzycy z ziemniakami na żeberkach. Talarki z owocem.

Składniki:

- żeberka paski wieprzowe, ciecierzycy, ziemniaki, marchewka, pietruszka por, **seler**,
- talarki z owocem(**gluten pszenny, jaja**)

Drugie danie:

Kotlety ziemniaczane w sosie myśliwskim. Sur. z selera.

Składniki:

- ziemniaki, mąka pszenna(**gluten pszenny**), mąka ziemniaczana, jajka(**jaja**), cebula, przyprawy, olej rzepakowy
- sos: mąka pszenna (**gluten pszenny**), śmietanka 12%(**mleko**), kielbasa śląska
- surówka : **seler**, cebula, olej rzepakowy, przyprawy

Kompot owocowy.

Składniki: wiśnia, truskawka, malina, jeżyna, borówka, miód

Czwartek 02.10.2025

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku. Bułka z masłem, jajkiem, papryką i szczypiorkiem.
Herbata owocowa. Owoc.

Składniki:

- płatki owsiane (**gluten owsiany**), mleko(**mleko**), bułka pszenna(**gluten pszenny**), masło (**mleko**), jajka(**jaja**), papryka, szczypiorek, herbata owocowa, banan

Pierwsze danie:

Zupa pomidorowa z ryżem. Jogurt owocowy.

Składniki:

- porcja rosółowa z kurczaka, ryż biały, marchewka, pietruszka por, **seler**, śmietanka 12%(**mleko**), koncentrat pomidorowy, jogurt owocowy(**mleko**)

Drugie danie:

Parówka w sosie własnym z warzywami i kukurydzą. Kasza jaglana.

Składniki:

- Parówka z szynki, mąka pszenna(**gluten pszenny**), śmietanka 12%(**mleko**), kukurydza, marchew , pietruszka, **seler** ,por, koncentrat pomidorowy
- Kasza jaglana

Cytrynada

Składniki:

- cytryna, miód

Piątek 03.10.2025

Śniadanie:

Pieczewo mieszane z pastą z pieczonego fileta rybnego, rzodkiewką i szczypiorkiem. Kawa inka na mleku.

Składniki:

- chleb pszenny(**gluten pszenny**), chleb żytni(**gluten żytni**), filet rybny z morskoka(**ryba**), musztarda, masło(**mleko**), rzodkiewka, szczypiorek, kawa inka (**gluten żytni, gluten jęczmienny**), mleko(**mleko**)

Pierwsze danie:

Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami na kurczaku. Owoc.

Składniki:

- ćwiartki drobiowe z kurczaka, kasza jęczmienna(**gluten jęczmienny**), ziemniaki, marchewka, pietruszka por, **seler**, jabłko

Drugie danie:

Kotlety jajeczne z serem żółtym i pietruszką. Pieczone ćwiartki ziemniaków z koperkiem. Ogórek kiszony do chrupania.

Składniki:

- jajka(**jaja**), bułka tarta (**gluten pszenny**), ser żółty(**mleko**), natka pietruszki, przyprawy, olej rzepakowy
- ziemniaki, przyprawy, koperek, olej rzepakowy
- ogórek kiszony

Kompot owocowy

Składniki: wiśnia, truskawka, malina, jeżyna, borówka, miód

Legenda (objaśnienia):

1. Zastrzegamy sobie prawo do niewielkich zmian w jadłospisie wynikających z dostępności towarów.