

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 20.10.2025 do 24.10.2025	2
Poniedziałek 20.10.2025	2
Śniadanie:	2
Pierwsze danie:	2
Drugie danie:	2
Wtorek 21.10.2025	3
Śniadanie:	3
Pierwsze danie:	3
Drugie danie:	3
Środa 22.10.2025	4
Śniadanie:	4
Pierwsze danie:	4
Drugie danie:	4
Czwartek 23.10.2025	5
Śniadanie:	5
Pierwsze danie:	5
Drugie danie:	5
Piątek 24.10.2025	6
Śniadanie:	6
Pierwsze danie:	6
Drugie danie:	6
Legenda (objaśnienia):	8

Jadłospis obowiązujący od 20.10.2025 do 24.10.2025

Poniedziałek 20.10.2025

Śniadanie:

Kasza jaglana na mleku. Bułka z pastą tzatziki i szczypiorkiem. Papryka do chrupania. Herbata owocowa.

Składniki:

- Kasza jaglana, mleko(**mleko**), bułka pszenna (**gluten pszenny**), masło(**mleko**), serek biały(**mleko**), ogórek zielony, szczypiorek, papryka czerwona, herbata owocowa.

Pierwsze danie:

Zupa pomidorowa z makaronem. Owoc.

Składniki:

- Porcja rosółowa z kurczaka, marchewka, pietruszka, por, **seler**, śmietanka 12%(**mleko**), koncentrat pomidorowy, makaron nitki (**gluten pszenny, jaja**), jabłko

Drugie danie:

Pulpety drobiowe w sosie pietruszkowym. Ryż paraboliczny. Marchew z groszkiem i bułką tartą.

Składniki:

- Filet drobiowy z kurczaka, mąka pszenna(**gluten pszenny**), śmietanka 12%(**mleko**), natka pietruszki, olej rzepakowy, przyprawy
- Ryż paraboliczny, marchew z groszkiem, bułka tarta (**gluten pszenny**)

Kompot owocowy

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

Wtorek 21.10.2025

Śniadanie:

Stół szwedzki. Kakao. Owoc.

Składniki:

- chleb pszenny (**gluten pszenny**), chleb żytni (**gluten żytni**), masło(**mleko**), ser żółty(**mleko**), szynka wieprzowa, jajko(**jaja**), sałata, pomidor, szczypiorek. kakao, mleko(**mleko**), banan

Pierwsze danie:

Zupa ziemniaczano-porowa na kurczaku. Wafle ryżowe.

Składniki:

- ćwiartki drobiowe z kurczaka, ziemniaki, por, marchewka, pietruszka, **seler**,
- wafle ryżowe

Drugie danie:

Łazanki z kapustą kiszoną, kielbasą i cebulą.

Składniki:

- makaron kokardy(**gluten pszenny**), kapusta kiszona, kielbasa śląska, cebula, olej rzepakowy, przyprawy

Galaretka do picia

- Składniki: galaretka

Środa 22.10.2025

Śniadanie:

Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem. Bułka z masłem. Mleko.

Składniki:

- Ser biały(**mleko**), rzodkiewka, szczypiorek, bułka pszenna (**gluten pszenny**), masło(**mleko**), mleko(**mleko**),

Pierwsze danie:

Rosół z kluskami lanymi. Owoc.

Składniki:

- Porcja rosółowa z kurczaka, marchewka, pietruszka, por, **seler**, mąka pszenna(**gluten pszenny**), jajka(**jaja**), jabłko

Drugie danie:

Kaszotto z kaszy bulgur z mięsem wieprzowym i warzywami.

Składniki:

- Kasza bulgur (**gluten pszenny**), karkówka, brokuł, kalafior, marchew, fasola szparagowa zielona, groszek zielony, olej rzepakowy, przyprawy

Cytrynada

Składniki:

Cytryna, miód

Czwartek 23.10.2025

Śniadanie:

Pieczyno mieszane z pastą drobiową z kurczaka, pomidorem i szczypiorkiem.
Kawa Inka na mleku. Owoc.

Składniki:

- chleb pszenny (**gluten pszenny**), chleb żytni (**gluten żytni**), masło(**mleko**), ćwiartki drobiowe z kurczaka, musztarda, pomidor, szczypiorek, kawa inka(**gluten żytni, gluten jęczmienny**), mleko(**mleko**), kiwi

Pierwsze danie:

Zupa marchewkowo-ziemniaczana krem na żeberkach z groszkiem ptysiowym.
Budyń waniliowy.

Składniki:

- żeberka wieprzowe paski, marchewka, ziemniaki, pietruszka, **seler**, por, śmietanka 12%(**mleko**), groszek ptysiovy (**gluten pszenny, jaja**)
- budyń waniliowy : mleko(**mleko**), mąka ziemniaczana, cukier, cukier waniliowy

Drugie danie:

Makaron ze szpinakiem.

Składniki:

- makaron świderki(**gluten pszenny**), szpinak rozdrobniony, szynka wieprzowa, śmietanka 12%(**mleko**), czosnek, przyprawy

Kompot owocowy

Składniki:

wiśnia, truskawka, malina, jeżyna, borówka, miód

Piątek 24.10.2025

Śniadanie:

Ryż biały na mleku. Bułka z pastą jajeczną, ogórkiem kiszonym i szczypiorkiem. Herbata owocowa. Owoc.

Składniki:

- ryż biały, mleko(**mleko**), bułka pszenna(**gluten pszenny**), masło(**mleko**), jajka(**jaja**), ogórek kiszony, szczypiorek, herbata owocowa, jabłko

Pierwsze danie:

Zupa kalafiorowa z makaronem. Paluszki serowe.

Składniki:

- porcja rosółowa z kurczaka, kalafior, śmietanka 12%(**mleko**), makaron kokardki (**gluten pszenny**) marchewka, pietruszka por, **seler**
- paluszki serowe(**mleko**)

Drugie danie:

Kotlet rybny w sosie po grecku. Ziemniaki puree z koperkiem.

Składniki:

- filet rybny z morszczuka, bułka tarta(**gluten pszenny**), jajka(**jaja**), przyprawy, olej rzepakowy, włoszczyzna, koncentrat pomidorowy, cebula, mąka pszenna(**gluten pszenny**)
- ziemniaki, koper pęczek

Galaretka do picia

- Składniki: galaretka

Legenda (objaśnienia):

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

