

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 17.11.2025 do 21.11.2025	2
Poniedziałek 17.11.2025	2
Śniadanie:	2
Pierwsze danie:	2
Drugie danie:	2
Wtorek 18.11.2025	3
Śniadanie:	3
Pierwsze danie:	3
Drugie danie:	3
Środa 19.11.2025	4
Śniadanie:	4
Pierwsze danie:	4
Drugie danie:	4
Czwartek 20.11.2025	5
Śniadanie:	5
Pierwsze danie:	5
Drugie danie:	5
Piątek 21.11.2025	6
Śniadanie:	6
Pierwsze danie:	6
Drugie danie:	6
Legenda (objaśnienia):	Błąd! Nie zdefiniowano zakładki.

Jadłospis obowiązujący od 17.11.2025 do 21.11.2025

Poniedziałek 17.11.2025

Śniadanie:

Pieczywo mieszane z pastą rybną, pomidorem i szczypiorkiem. Kawa Inka na mleku. Owoc.

Składniki:

- chleb pszenna (**gluten pszenny**), chleb żytni(**gluten żytni**),masło(**mleko**),filet rybny z makreli(**ryba**) w sosie pomidorowym, pomidor, szczypiorek, jabłko, kawa inka (**gluten żytni, gluten jęczmienny**), mleko(**mleko**), miód

Pierwsze danie

Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami na żeberkach.

Talarki z sezamem.

Składniki:

- woda, żeberka wieprzowe paski, fasolka szparagowa żółta, ziemniaki, marchewka, pietruszka, por, **seler**, śmietanka 12%(**mleko**)
- mąka pszenna(**gluten pszenny**), jajka (**jaja**), sezam(**nasiona sezamu**)

Drugie danie:

Placki ziemniaczane z marchewką, cebulą i twarożkiem. Kalarepa do chrupania.

Składniki:

- ziemniaki, marchew, cebula, jajka(**jaja**),mąka pszenna (**gluten pszenny**), mąka ziemniaczana, olej rzepakowy, przyprawy
- twarożek(**mleko**), jogurt grecki(**mleko**), mleko(**mleko**)
- kalarepa

Kompot owocowy

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

Wtorek 18.11.2025

Śniadanie:

Twarożek z truskawką. Bułka z masłem. Mleko. Marchew do chrupania. Herbata owocowa.

Składniki:

- ser biały(**mleko**), truskawki, miód, bułka pszenna(**gluten pszenny**), masło(**mleko**), mleko(**mleko**), marchew, herbata owocowa.

Pierwsze danie:

Zupa z brukselki z kaszą jaglaną. Owoc.

Składniki:

- woda, porcja rosółowa z kurczaka, brukselka, kasza jaglana, marchewka, pietruszka por, **seler**, kiwi

Drugie danie:

Potrawka z kurczaka. Ryż paraboliczny. Sur. z buraczków czerwonych i cebuli.

Składniki:

- ćwiartki drobiowe z kurczaka, mąka pszenna(**gluten pszenny**), śmietanka 12%, (**mleko**), olej rzepakowy, przyprawy, woda
- ryż paraboliczny
- buraki, cebula, olej rzepakowy, przyprawy

Galaretka do picia

Składniki:

- woda, galaretka owocowa

Środa 19.11.2025

Śniadanie:

Stół szwedzki. Kakao.

Składniki:

- kakao, mleko(**mleko**), miód, chleb pszenna(**gluten pszenny**), chleb żytni(**gluten żytni**) masło(**mleko**), ser żółty(**mleko**), szynka wieprzowa, jajka(**jaja**) pomidor, ogórek szczypiorek

Pierwsze danie:

Zupa ziemniaczana. Półmisek owocowy.

Składniki:

- woda, ćwiartki drobiowe z kurczaka, ziemniaki, marchewka, pietruszka por, **seler**,
- winogrono, mandarynka

Drugie danie:

Kluski śląskie w sosie pieczarkowym. Sur. z białej kapusty, marchewki i cebuli.

Składniki:

- ziemniaki, mąka pszenna(**gluten pszenny**), mąka ziemniaczana, jajka (**jaja**),olej rzepakowy, sól morska
- woda, pieczarki, mąka pszenna(**gluten pszenny**), śmietanka 12%(**mleko**), przyprawy
- biała kapusta, marchew, cebula, olej rzepakowy, przyprawy

Cytrynada.

Składniki: woda, cytryna, miód

Czwartek 20.11.2025

Śniadanie:

Płatki owsiane na mleku. Bułka z pastą hummus, rzodkiewką i szczypiorkiem.
Herbata owocowa.

Składniki:

- bułka pszenna(**gluten pszenny**), masło (**mleko**), cieciora, musztarda, rzodkiewka, szczypiorek, płatki owsiane (**gluten owsiany**), mleko (**mleko**), herbata owocowa

Pierwsze danie:

Zupa grysikowa z kaszą manną. Owoc.

Składniki:

- woda, porcja rosółowa z kurczaka, kasza manna (**gluten pszenny**), marchewka, pietruszka por, **seler**, jabłko

Drugie danie:

Makaron w sosie mięsno- pomidorowym. Sur. z selera.

Składniki:

- woda, karkówka, makaron świderki(**gluten pszenny**), koncentrat pomidorowy, mąka pszenna (**gluten pszenny**), śmietanka 12%(**mleko**), przyprawy, olej rzepakowy
- **seler**, przyprawy, olej rzepakowy

Kompot owocowy

Składniki:

- woda, wiśnia, truskawka, malina, jeżyna, borówka, miód

Piątek 21.11.2025

Śniadanie:

Pieczyno mieszane z pastą z makreli, ogórkiem kiszonym, szczypiorkiem. Kawa Inka na mleku. Owoc.

Składniki:

- chleb pszenny(**gluten pszenny**), chleb żytni(**gluten żytni**), masło(**mleko**), makrela wędzona, musztarda, ogórek kiszony, szczypiorek, kawa inka (**gluten żytni, gluten jęczmienny**), mleko(**mleko**), miód, pomarańcza

Pierwsze danie:

Krupnik z ziemniakami i kaszą jęczmienną na kurczaku. Kisiel wiśniowy.

Składniki:

- woda, ćwiartki drobiowe z kurczaka, ziemniaki, kasza jęczmienna(**gluten jęczmienny**), marchewka, pietruszka por, **seler**
- woda, wiśnia, mąka ziemniaczana, cukier

Drugie danie:

Kotlety jajeczne z serem żółtym i natką pietruszki. Warzywa do chrupania.

Pieczone ćwiartki ziemniaków z koperkiem.

Składniki:

- jajka (**jaja**), ser żółty (**mleko**), natka pietruszki, bułka tarta(**gluten pszenny**) , mąka pszenna (**gluten pszenny**), przyprawy, olej rzepakowy,
- ziemniak, koper pęczek
- ogórek zielony, papryka czerwona

Cytrynada

Składniki: woda, cytryna, miód

Legenda (objaśnienia):

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

