

JADŁOSPIS

ważny od 29.09. do 03.10.2025

Śniadanie	Poniedziałek 29.09.2025 obiad	Podwieczorek
płatki jaglane na mleku 200 ml (7) pieczywo razowe 35 g (1) masło 5 g (7) szynka ze wsi 20 g sałata 5 g, rzodkiewka 20 g, papryka 10 g drugie śniadanie: jabłko 100 g	zupa z brokułów 250 ml (7,9) drugie danie: ryż paraboliczny 40 g leczo z indyka 60 g surówka z kapusty pekińskiej i pomidora ze szczypiorkiem 80 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	herbata owocowa 200 ml deser jogurtowo-owocowy: jogurt naturalny typu greckiego, płatki owsiane 150 g, mus truskawkowy: (1,7)
Śniadanie	Wtorek 30.09.2025 obiad	Podwieczorek
płatki owsiane 150 ml (7) pieczywo żytnie z dynią 35 g (1) masło 5 g (7) połędwica z indyka 50 g, sałata g, pomidor 50 g, ogórek małosolny 20 g drugie śniadanie: sok wyciskany 150 ml	zupa fasolowa 250 ml (9) drugie danie: naleśniki z serem 200 g (1,3,7) duszone jabłko 60 g (7) polewa jogurtowa 30 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	napar z herbatki z miodem 200 ml chleb gruboziarnisty 35 g (1) z masłem 5 g (7), pasta z awokado i wędzonym łososiem 70 g pomidorki koktajlowe 20 g malina 50 g
Śniadanie	Środa 01.10.2025 obiad	Podwieczorek
Płatki ryżowe na mleku 200 ml (7) chleb staropolski 40 g (1) masło 5 g (7) ser żółty 20 g (7) sałata 5 g, pomidor 20 g, rzodkiewka 20 g drugie śniadanie: banan 200 g	zupa z kalarepy 250 ml (7,9) drugie danie: ziemniaki 150 g kotlet z piersi kurczaka 80 g (3) mizeria z jogurtem i szczypiorkiem 100 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	kisiel z owoców mrożonych 200 ml bułka 35g, z masłem 5 g (1,7)
Śniadanie	Czwartek 02.10.2025 obiad	Podwieczorek
kawa na mleku 200 ml (7) pieczywo ze słonecznikiem 35 g (1) masło 5 g (7) twarożek 20 g (7) marchewka 20 g, rzodkiewka 20 g, pomidorki koktajlowe drugie śniadanie: gruszka 100 g	zupa ogórkowa z ziemniakami 250 ml (7,9) drugie danie: kasza bulgur 40 g klopsiki wieprzowo-drobiowe w sosie ziołowym 80 g (1,3) buraczki 100 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	herbata owocowa 200 ml mufinki 70 g arbuz 150 g
Śniadanie	Piątek 03.10.2025 obiad	Podwieczorek
Kakao na mleku 150 ml (1,7) chlebek gruboziarnisty 35 g (1) masło 5 g (7) kiełbasa szynkowa 20 g sałata 5 g, pomidor 20 g, kalarepa 10 g drugie śniadanie: śliwka 50 g	zupa zaciekowa 250 ml (1,3,9) drugie danie: łazanki 200 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	napar z herbatki 200 ml pieczone jabłko z miodem i cynamonem 100 g

Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady