

JADŁOSPIS

ważny od 13.10. do 17.10.2025

Śniadanie	Poniedziałek 13.10.2025 obiad	Podwieczorek
kasza manna 150 ml (7) pieczywo żytnie z dynią 35 g (1) masło 5 g (7) szynka wiejska 20 g sałata 5 g, 10 g, pomidor 20 g, rzodkiewka 10 g drugie śniadanie: jabłko 100 g	Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem 250 ml (3,7,9) drugie danie: kasza jaglana 30 g gulasz z indyka 60 g surówka z pora, marchwi, jabłka 80 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	kisiel z owoców mrożonych 200 ml bułka z masłem 30 g (1)
Śniadanie	Wtorek 14.10.2025 obiad	Podwieczorek
płatki jaglane na mleku 200 ml (7) chleb gruboziarnisty 35 g (1) masło 5 g (7) polędwica drobiowa 20 g, sałata 5 g, pomidor 20 g, ogórek małosolny 10 g drugie śniadanie: sok wyciskany 150 ml	zupa z soczewicy 250 ml (9) drugie danie: leniwe z serem 200 g (1, 3,7) sałatka owocowa 50 g polewa jogurtowa 30 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	lemoniada miodowo-cytrynowy 200 ml, bułka graham 25 g (1) masło 5 g (7) humus 20 g ogórek małosolny 20 g, pomidorki koktajlowe 20 g
Śniadanie	Środa 15.10.2025 obiad	Podwieczorek
kawa na mleku 200 ml (7) chleb z orkiszem 35 g (1) masło 5 g (7) ser żółty 20 g papryka 20 g, ogórek 10 g, pomidor 20 g drugie śniadanie: banan 200 g	zupa kalafiorowa z makaronikiem 250 ml (7,9) drugie danie: ziemniaki 150 g pałka z kurczaka 80 g marchewka z groszkiem 60 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	Koktajl truskawkowy na bazie kefiru 200 g (7) wafel kukurydziany
Śniadanie	Czwartek 16.10.2025 obiad	Podwieczorek
kakao na mleku 200 ml (7) chleb kanapkowy 35 g (1) masło 5 g (7) twarożek z truskawką 20 g (7) pomidorki koktajlowe 10 g, kalarepa 10 g drugie śniadanie: gruszka 100 g	zupa jarzynowa 250 ml (9) drugie danie: makaron ze szpinakiem, kurczakiem, suszonymi pomidorami i serem feta 120 g (1,7) kompot z owoców mieszanych 200 ml	lemoniada z imbirem i miodem 200 ml Tosty: masło 5 g (7) ser żółty 20g (7), szynka konserwowa 10 g keczup pomidorki koktajlowe 10 g
Śniadanie	Piątek 17.10.2025 obiad	Podwieczorek
płatki kukurydziane na mleku 200 ml (7) chleb wieloziarnisty 35 g (1) masło 5 g (7) schab pieczony 20 g, sałata 5 g, ogórek 10 g, pomidor 20 g, drugie śniadanie: śliwka 80 g	zupa krupnik 250 ml (9) drugie danie: ziemniaki 150 g ryba z pieca z brokułem, marchewką, fasolką i masłem czosnkowym 80 g (3,4) surówka z młodej kiszanej kapusty, marchwi, szczypior 50 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	karotka 150 ml chrupki kukurydziane

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