

JADŁOSPIS

ważny od 12.01. do 16.01.2026

Śniadanie	poniedziałek 12.01.2026 obiad	Podwieczorek
płatki jaglane 150 ml (7) chleb kanapkowy 35 g (1) masło 5 g (7) filet pieczony z indyka 20 g sałata 5 g, papryka 20 g, ogórek 20 g drugie śniadanie: jabłko 100 g	kapuśniak 250 ml (9) drugie danie: ryż 40 g bitki z indyka w sosie curry 60 mizeria ze szczypiorkiem i jogurtem 80 g, kompot z owoców mieszanych 200 ml	Koktajl truskawkowy na bazie kefiru 150 g (7) chałka 35 g z masłem 5 g (7)
Śniadanie	wtorek 13.01.2026 obiad	Podwieczorek
płatki owsiane 150 ml (7) chleb żytni z siemieniem 35 g (1) masło 5 g (7) szynka wiejska 20 g sałata 5 g, papryka 10 g, rzodkiewka 5 g drugie śniadanie: sok wyciskany 150 ml	zupa grochowa 250 ml (9) drugie danie: leniwe z serem 200 g (1, 3, 7) duszone jabłko 50 g polewa jogurtowa 30 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	napar z herbatki 200 ml chleb orkiszowy 35 g (1) masło 5 g (7) kiełbasa żywiecka sucha 10 g ogórek kiszony 20 g, kalarepa 20 g melon 50 g
Śniadanie	środa 14.01.2026 obiad	Podwieczorek
kasza manna na mleku 150 ml (7) chleb żytni z dynia 35 g (1) masło 5 g (7) ser żółty 20 g, sałata 5 g, pomidor 20 g, ogórek 10 g drugie śniadanie: jabłko 100 g	zupa pomidorowa z ryżem 250 ml (9) drugie danie: ziemniaki 150g pałka z kurczaka 100 g brokuły 80 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	Karotka 150 ml bułka z masłem 35 g
Śniadanie	czwartek 15.01.2026 obiad	Podwieczorek
kakao na mleku 200 ml (7) chleb gruboziarnisty 35 g (1) masło 5 g (7) ser biały 50 g sałata 5 g, pomidor 20 g, kalarepa 10 g drugie śniadanie: banan 200 g	zupa ogórkowa z ziemniakami 250 ml (9) drugie danie: kasza bulgur 30 g pulpety wieprzowo-drobiowy 70 g (3) czerwona kapusta 80 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	herbatka owocowa 200 ml budyń 150 ml (7) owoce w kisielu 50 g
Śniadanie	piątek 16.01.2026 obiad	Podwieczorek
płatki ryżowe 150 ml (7) chleb wieloziarnisty 35 g (1) polędwica drobiowa 20 g masło 5 g (7) sałata 5 g, pomidor 20 g, ogórek kiszony 20 g drugie śniadanie: gruszka 100 g	zupa porowa z lanymi kluskami 250 ml (9) drugie danie: ziemniaki 150 g łosoś pieczony 100 g (4) surówka z kiszonej kapusty 80 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	Actimel 100 ml Wafel ryżowy

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