

JADŁOSPIS

ważny od 12.10. do 16.10.2026

Śniadanie	Poniedziałek 12.10.2026 obiad	Podwieczorek
płatki jaglane na mleku 200 ml (7) chleb żytni z dynią 35 g (1) masło 5 g (7) szynka ze wsi 20 g sałata 5 g, pomidor 20 g, kalarepa 20 g drugie śniadanie: jabłko 100 g	zupa minestrone 250 ml (7,9) drugie danie: kasza gryczana 30 g gulasz wieprzowy 60 g surówka z kapusty pekińskiej, marchewki, jabłka i jogurtu 90 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	koktajl truskawkowy na bazie kefiru 200 ml (7) bułka maślana 50 g (1), z masłem 5 g (7)
Śniadanie	Wtorek 13.10.2026 obiad	Podwieczorek
płatki owsiane 150 ml (7) chleb wieloziarnisty 35 g (1) masło 5 g (7) schab pieczony 20 g sałata 5 g, pomidor 20 g, kalarepa 20 g, drugie śniadanie: sok wyciskany 150 ml	zupa grochowa 250 ml (9) drugie danie: naleśniki z serem 200 g (1,3,7) duszone jabłko 80 g (7) jogurt 50 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	lemoniada miodowo-cytrynowy 200 ml, bułka 35g (1) z masłem 5 g (7), jajko 20 g (3) rzodkiewka 20 g, pomidorki koktajlowe 20 g
Śniadanie	Środa 14.10.2026 obiad	Podwieczorek
kakao na mleku 200 ml (7) chleb kanapkowy 35 g (1) masło 5 g (7) twarożek z rzodkiewką 20 g (7) pomidorki koktajlowe 10 g, ogórek 10 g drugie śniadanie: banan 200 g	zupa pomidorowa z makaronem 250 ml (7,9) drugie danie ziemniaki 150 g kotlet drobiowy mielony z warzywami: indyk, brokuł, marchew, kalafior 80 g surówka z selera 60 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	Kisiel z owoców mrożonych 200 ml Bułka z masłem 35 g (7)
Śniadanie	Czwartek 15.10.2026 obiad	Podwieczorek
Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (7) pieczywo żytnie ze słonecznikiem 35 g (1) masło 5 g (7) szynkowa 20 g sałata 5 g, pomidor 20 g, ogórki kiszzone 10 g drugie śniadanie: gruszka 100g	barszcz czerwony 250 ml (7,9) drugie danie: ryż basmati 40 g wege burger ze szpinaku 60 g mix sałat z dresingiem miodowym 80 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	napar z herbatki 200 ml ciasto brownie 70 g (1,3,7)
Śniadanie	Piątek 16.10.2026 obiad	Podwieczorek
kawa na mleku 200 ml (7) chleb miodowy 35 g (1) masło 5 g (7) ser żółty 20 g sałata 5 g, papryka 10 g, ogórek 20 g, drugie śniadanie: śliwka 100 g	zupa porowa z lanymi kluskami 250 ml (1,3,7,9) drugie danie: ziemniaki 150 g ryba z pieca 60 g (1,3) surówka z czerwonej kapusty 80 g kompot z owoców mieszanych 200 ml	herbata owocowa 200 ml galaretka owocowa z owocami 150 g chrupki kukurydziane

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