

Jadłospis od 01.09.2026r. do 04.09.2026r.

Data	Śniadanie	II śniadanie	Obiad
pn.			
wt. 01	Pieczyno mieszane (żyto, pszenica, owies) 50g, masło (mleko) 5g, jajko gotowane (jajko) 50g, papryka czerwona 20g, marchew do gryzienia 20g, kawa zbożowa na mleku (mleko, żyto, jęczmień) 200ml <u>Dieta bezmleczna:</u> Kawa zbożowa na napoju owsianym (jęczmień, żyto, owies, soja, orzechy) 200ml	Deser jogurtowo- malinowy –wyrób własny (mleko) 90g, biszkopt (pszenica, jajko) 10g, herbata owocowa 200ml, nektarynka <u>Dieta bezmleczna:</u> koktajl malinowy na napoju owsianym (owies, soja, orzechy) 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem i dodatkiem śmietany (pszenica, mleko, seler) 250ml Grillowany filet z piersi kurczaka 60g 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, mizeria ze szczypiorkiem i jogurtem naturalnym 50g, niesłodzony kompot jabłkowy 200ml
śr. 02	Pieczyno mieszane (pszenica, żyto, owies) 50g, masło (mleko) 5g, twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (mleko) 40g, pomidor 20g, herbata rooibos z cytryną 200ml	Bułka drożdżowa (mleko, pszenica, jajko) 70g, kakao (mleko) 200ml, melon	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty na wywarze z warzyw z natką pietruszki (seler) 250ml Spagetti z ciecierzycą i makaronem pełnoziarnistym (pszenica durum) 170g warzywa na parze 60g, niesłodzony kompot wieloowocowy 200ml,
Czw. 03	<u>Stół szwedzki:</u> Pieczyno mieszane (pszenica, żyto) 50g, masło (mleko) 5g, pierś z indyka pieczony – wyrób własny 20g, ser żółty (mleko) 20g, , pomidor 20g, ogórek zielony 20g, rzodkiewka 10g, sałata lodowa 5g, kakao (mleko) 200ml, <u>Dieta bezmleczna:</u> kakao na napoju owsianym (owies, soja, orzechy)	Czekoladowy humus z jabłkiem 70g, wafel podpłomyk (pszenica, mleko) 10g, banan, herbata z dzikiej róży 200ml	Zupa grochowa z dodatkiem natki pietruszki (mleko, seler) 250ml Zrazy z kaszy jaglanej z brokułem, porą i serem Favita (mleko) 170g, sos jogurtowo-czosnkowy (mleko) 160ml, surówka z selera i jabłka z dodatkiem jogurtu (seler, mleko) 50g, niesłodzony kompot z czerwonej porzeczki 200ml, <u>Dieta bezmleczna:</u> Zrazy z kaszy jaglanej z brokułem, porem 170g, surówka z selera i jabłka (seler) 50g
Piąt 04	Płatki ryżowe na mleku z żurawiną (mleko) 200ml, pieczyno mieszane (pszenica, żyto, owies) 250ml, pieczyno mieszane (pszenica, żyto, owies) 50g, masło (mleko) 5g, pasta z czerwonej fasoli i suszonych pomidorów 20g, ogórek gruntowy 10g, kalarepka 5g, herbata owocowa 200ml <u>Dieta bezmleczna:</u> płatki na napoju owsianym (owies, soja, orzechy)	Serek waniliowy z bananami – wyrób własny (mleko) 90g, biszkopt (pszenica, jaja), herbata z aronii 200ml, jabłko <u>Dieta bezmleczna:</u> mus owocowy 100g	Zupa brokułowa na wywarze z warzyw z makaronem i natką pietruszki (pszenica, seler) 250ml Kotlety z miruny (ryba, jajko, pszenica) 60g, ziemniaki z koperkiem 120g, surówka z kiszzonej kapusty i marchewki 60g, niesłodzony kompot z truskawek 200ml

UWAGA : Potrawy, produkty zawierające alergeny. Na terenie naszej kuchni w danym dniu w trakcie przygotowania posiłków wykorzystano produkty zawierające substancję mogące powodować alergię lub reakcję nietolerancji (zgodnie Rozp. PEiR 1169/2011 Z 25.10.2011r w/s przekazywania konsumentom informacji na temat żywności:)śladowe ilości dwutlenku siarki, sezamu, orzechy arachidowe, (w przyprawach używanych do potraw) orzechy inne soja, , glutenu *mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą) *sól, gorczyca *zboża: pszenicę , żyto, jęczmień !*seler występuje w każdej zupie * jaja