

JADŁOSPIS

21.09.2026

PONIEDZIAŁEK - 999,7 KCAL

ŚNIADANIE	• Pieczywo żytnie /gluten/, masło /mleko/, ser salami /mleko/, papryka 50g. • Pieczywo żytnie /gluten/, masło /mleko/, miód 50g. • Herbata z cytryną 200ml. <i>Skład: pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, ser-mleko, papryka, miód wielokwiatowy</i>
II ŚNIADANIE	• Jabłko 150g
OBIAD	• Zupa /mleko/ brokułowa z ryżem 300ml. • Kluska na parze 2szt /gluten, jajko, mleko/ z musem truskawkowo-jogurtowym 70ml/30ml /mleko/. • Kompot 200ml. <i>Skład: brokuł, marchew, pietruszka, śmietana 18%-mleko, przyprawy ziołowe, ryż/kluska: mąka-gluten, jajko, mleko, drożdże; jogurt naturalny-mleko, truskawka</i>
PODWIECZOREK	• Bułka kajzerka ½ /gluten/, masło /mleko/, szynka z indyka, rzodkiewka 70g. <i>Skład: pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, mięso z indyka 90%, rzodkiewka</i>
II PODWIECZOREK	• Owoc sezonowy

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

JADŁOSPIS

22.09.2026

WTOREK - 972,8 KCAL

ŚNIADANIE	• Płatki zbożowe pełnoziarniste /gluten/ z mlekiem 150ml /mleko/. • Pieczywo słonecznikowe /gluten/, masło /mleko/, ogórek zielony, pomidor, roszponka 50g. • Herbata owocowa 200ml. <i>Skład: płatki zbożowe pełnoziarniste-gluten, mleko/ pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, ogórek zielony, pomidor, roszponka</i>
II ŚNIADANIE	• Owoc sezonowy
OBIAD	• Krem z zielonego groszku i ciecierzycy z grzankami pełnoziarnistymi 300ml /gluten/ • Duszony filet z kurczaka w sosie serowym 80g/20g /mleko/, kasza bulgur 130g /gluten/, surówka z ogórka kiszzonego i gotowanej marchewki 70g. • Kompot 200ml. <i>Skład: groszek zielony, ciecierzycza, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki-gluten/ filet z kurczaka, ser-mleko, śmietana 18%-mleko, kasza bulgur-gluten, marchewka, ogórek kiszony</i>
PODWIECZOREK	• Wyrób własny - Jogurt /mleko/ ze świeżymi borówkami 100ml • Pieczywo chrupkie 2szt /gluten/. <i>Skład: jogurt naturalny-mleko, borówki, pieczywo chrupkie-gluten</i>
II PODWIECZOREK	• Owoc sezonowy

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

JADŁOSPIS

23.09.2026

ŚRODA - 991,7 KCAL

ŚNIADANIE	- Pieczywo graham /gluten/, masło /mleko/, pasta jajeczna /jajko, mleko/ ze szczypiorkiem, ogórek zielony 100g. - Kakao 200ml. /mleko/ <i>Skład: pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, jajko, ser-mleko, szczypiorek, ogórek zielony/ kakao, mleko</i>
II ŚNIADANIE	Jabłko 150g
OBIAD	- Zupa /mleko/ dyniowa z makaronem 300ml /gluten/ - Gołąbek meksykański z mięsem wieprzowym w sosie pomidorowym 80g/20g /mleko/, ziemniaki puree 100g /mleko/, surówka z buraczków i jabłka 70g. - Kompot 200ml. <i>Skład: dynia, marchew, pietruszka, śmietana 18%- mleko, przyprawy ziołowe, makaron-gluten/ mięso wieprzowe, cebula, ryż, kapusta biała, przecier pomidorowy 30%, śmietana 18%-mleko, ziemniaki, mleko, buraki, jabłko</i>
PODWIECZOREK	- Serek ziarnisty /mleko/ z musem z mango - Grissini /gluten/ <i>Skład: twaróg ziarnisty-mleko, mango; grissini: mąka-gluten, olej, drożdże</i>
II PODWIECZOREK	Owoc sezonowy

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

JADŁOSPIS

24.09.2026

CZWARTEK - 999,5 KCAL

ŚNIADANIE	• Pieczywo razowe /gluten/, masło /mleko/, szynka z kurcząt, rzodkiewka 50g. • Pieczywo razowe /gluten/, masło /mleko/, twarożek /mleko/ z dymką 50g. • Herbata wiśniowa 200ml. <i>Skład: pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, mięso z piersi kurcząt 90%, ser-mleko, cebula dymka</i>
II ŚNIADANIE	• Banan
OBIAD	• Zupa /mleko/ jarzynowa z ziemniakami 300ml. • Makaron kokardki /gluten/ z kurczakiem w sosie śmietanowo-szpinakowym 200g /mleko/ • Kompot 200ml. <i>Skład: fasolka szparagowa, kalafior, groszek zielony, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, śmietana 18%-mleko, przyprawy ziołowe, ziemniaki/makaron-gluten, filet z kurczaka, śmietana 18%-mleko, szpinak</i>
PODWIECZOREK	• Wyrób własny - Ciasto drożdżowe owocowe na kefirze 1 szt /gluten, mleko, jajko/. <i>Skład: mąka- gluten, jajko, kefir-mleko, drożdże, jabłko, śliwka, wiśnia</i>
II PODWIECZOREK	• Owoc sezonowy

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

JADŁOSPIS

25.09.2026

PIĄTEK - 951 KCAL

ŚNIADANIE

- Pieczywo z ziarnami /gluten/, masło /mleko/, pasztet pieczony drobiowy, ogórek kiszony 100g.
 - Herbata malinowa 200ml.
- Skład:** pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, pasztet: mięso z kurczaka, wątróbka z kurczaka, jajko, mąka-gluten, masło 82%-mleko; ogórek kiszony

II ŚNIADANIE

- Marchewka do chrupania 40g

OBIAD

- Zupa /mleko/ koperkowa z zacierką 300ml /gluten, jajko/
 - Kotlet rybno-jajeczny 80g /ryba, gluten, jajko/, ziemniaki 100g, mizeria 70g /mleko/
 - Kompot 200ml.
- Skład:** koperek, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%-mleko, zacierka: mąka-gluten, jajko/ mintaj-ryba, jajko, bułka tarta-gluten, olej rzepakowy, ziemniaki, ogórek zielony, jogurt naturalny-mleko

PODWIECZOREK

- Wyrób własny - Serek /mleko/ bananowo-brzoskwiniowy 70g.
 - Chrupki kukurydziane.
- Skład:** ser-mleko, banan, brzoskwinia, chrupki kukurydziane

II PODWIECZOREK

- Owoc sezonowy

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym