



JADŁOSPIS

7.09.2026



PONIEDZIAŁEK - 996,5 KCAL	
ŚNIADANIE	• Płatki zbożowe pełnoziarniste /gluten/ z mlekiem 150 ml /mleko/ • Zdrowa kanapeczka warzywna - pieczywo razowe /gluten/, masło /mleko/, ogórek zielony, pomidor, sałata 50 g • Herbata wiśniowa 200 ml Składniki: płatki zbożowe - gluten, mleko/ pieczywo - gluten, masło 82% - mleko, ogórek zielony, pomidor, sałata
II ŚNIADANIE	• Jabłko 150 g
OBIAD	• Zupa koperkowa z ryżem 300 ml /mleko/ • Pierogi leniwe 10 szt /gluten, jajko, mleko/ z musem truskawkowo - jogurtowym 70 ml/ 30 ml/ mleko/ • Kompot 200 ml Składniki: koperek, marchew, pietruszka, śmietana 18% - mleko, przyprawy ziołowe, ryż/ mąka-gluten, jajko, ser - mleko, truskawka, jogurt naturalny - mleko
PODWIECZOREK	• Bułka razowa /gluten/, masło /mleko/, szynka wiejska, papryka 70 g Składniki: pieczywo - gluten, masło 82% - mleko, mięso wieprzowe 104 g/ 100 g, papryka
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

8.09.2026



WTOREK - 965,7 KCAL	
ŚNIADANIE	• Pieczywo żytnie /gluten/, masło /mleko/, twarożek ze szczypiorkiem 50 g / mleko/ • Pieczywo żytnie /gluten/, masło /mleko/, miód 50 g • Herbata z cytryną 200 ml Składniki: pieczywo - gluten, masło 82% - mleko, ser - mleko, miód wielokwiatowy, szczypiorek
II ŚNIADANIE	• Owoc sezonowy
OBIAD	• Zupa /mleko/ brokułowa z zacierką 300 ml /gluten, jajko/ • Stripsy z kurczaka 80 g/gluten/, ziemniaki 100 g, mizeria 70 g /mleko/ • Kompot 200 ml Składniki: brokuł, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%-mleko, zacierka: mąka-gluten, jajko / filet z kurczaka, bułka tarta-gluten, ziemniaki, ogórek zielony, jogurt naturalny-mleko
PODWIECZOREK	• Rogalik maślany ½ szt z powidłami /gluten, mleko, jajko/ Składniki: mąka - gluten, mleko, jajko, drożdże, powidło owocowe
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

9.09.2026



ŚRODA - 969,4 KCAL	
ŚNIADANIE	- Pieczyno z ziarnami /gluten/, masło /mleko/, szynka pierś maślana, pomidor 50 g - Pieczyno z ziarnami /gluten/, masło /mleko/, ser żółty /mleko/, rzodkiewka 50 g - Herbata malinowa 200 ml Składniki: pieczywo - gluten, masło 82% - mleko, mięso z piersi kurcząt 85%, ser - mleko, pomidor, rzodkiewka
II ŚNIADANIE	Jabłko 150 g
OBIAD	- Zupa żurek z ziemniakami 300 ml /gluten, mleko/ - Potrawka z czerwonej soczewicy i warzyw 80 g/ 20 g, kasza gryczana 150 g - Kompot 200 ml Składniki: zakwas żurku - gluten, marchewka, pietruszka, śmietana 18% - mleko, przyprawy ziołowe, ziemniaki/ soczewica czerwona, marchewka, cukinia, papryka, kasza gryczana
PODWIECZOREK	Wyrób własny - Jogurt naturalny z brzoskwinia i mango 100 ml /mleko/, podkłomyki 1 szt /gluten, mleko/ Składniki: jogurt naturalny - mleko, brzoskwinia, mango/ mąka - gluten, mleko
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

10.09.2026



CZWARTEK - 978,8 KCAL	
ŚNIADANIE	- Pieczywo słonecznikowe /gluten/, masło /mleko/, pasta z tuńczyka /ryba/ i sera /mleko/ z pieczoną papryką 50 g - Pieczywo słonecznikowe /gluten/, masło /mleko/, rolada serowa /mleko/, ogórek zielony 50 g - Herbata owocowa 200 ml Składniki: pieczywo - gluten, masło 82% - mleko, tuńczyk - ryba, ser - mleko, ser - mleko, papryka, ogórek zielony
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy
OBIAD	- Zupa wiosenna z natką pietruszki 300 ml /mleko/ - Sznyce 80 g /gluten/, ziemniaki puree 100 g /mleko/, buraki 70 g - Kompot 200 ml Składniki: marchewka, pietruszka, kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, ziemniaki, natka pietruszki, śmietana 18% - mleko, przyprawy ziołowe/ mięso wieprzowe, cebula, bułka tarta - gluten, ziemniaki, mleko, buraki
PODWIECZOREK	Wyrób własny - Ciasto drożdżowe z owocami 1 szt /gluten, jajko, mleko/ Składniki: mąka - gluten, jajko, mleko, drożdże; owoce sezonowe
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

11.09.2026



PIĄTEK - 971,2 KCAL	
ŚNIADANIE	- Pieczywo graham/gluten/, masło /mleko/, polędwica z indyka, ogórek kiszony 50 g - Pieczywo graham/gluten/, masło /mleko/, ser biały /mleko/, papryka 50 g - Kawa zbożowa 200 ml. /gluten, mleko/ Składniki: pieczywo - gluten, masło 82%-mleko, mięso z piersi indyka 93%, ser-mleko, ogórek kiszony, papryka, kawa zbożowa-gluten, mleko
II ŚNIADANIE	Banan
OBIAD	- Krem z buraków /mleko/ z grzankami 300ml /gluten/ - Racuchy z jabłkami 2 szt. /gluten, mleko, jajko/ z sosem śmietanowo - waniliowym 40 ml /mleko/ - Kompot 200 ml Składniki: buraki, śmietana 18% - mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki - gluten/ racuchy: mąka-gluten, mleko, jajko, jabłka; śmietana 18% - mleko, wanilia
PODWIECZOREK	Bajgiel ½ /gluten/, masło /mleko/, pasta jajeczno-serowa /jajko, mleko/ ze szczypiorkiem 50g Składniki: mąka - gluten, drożdże, masło 82% - mleko, jajko, ser - mleko, szczypiorek
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

