

JADŁOSPIS

14.09.2026

PONIEDZIAŁEK - 980,8 KCAL

ŚNIADANIE	• Pieczywo żytnie /gluten/, masło /mleko/, ser żółty /mleko/, ogórek zielony 50g. • Pieczywo żytnie /gluten/, masło /mleko/, powidło śliwkowe 50g. • Herbata z cytryną 200ml. <i>Skład: pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, ser-mleko, powidło śliwkowe, ogórek zielony</i>
II ŚNIADANIE	• Jabłko 150g
OBIAD	• Zupa /mleko/ ogórkowa z ryżem 300ml. • Pierogi /gluten/ z truskawką 7szt z jogurtem naturalnym 40ml /mleko/. • Kompot 200ml. <i>Skład: ogórek kiszony, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%-mleko, ryż/ mąka-gluten, truskawka, jogurt naturalny-mleko</i>
PODWIECZOREK	• Bułka grahamka /gluten/, masło /mleko/, szynka z indyka, rukola 70g. <i>Skład: pieczywo, masło 82%, mięso z indyka 90%, sałata</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

15.09.2026

WTOREK - 969,7 KCAL

ŚNIADANIE	- Pieczywo z ziarnami /gluten/, masło /mleko/, pasta jajeczno-serowa z rzodkiewką 100g. /jajko, mleko/ - Herbata malinowa 200ml. <i>Skład: pieczywo, masło 82%, jajko, ser, rzodkiewka</i>
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy
OBIAD	- Zupa kalafiorowa /mleko/ z zacierką 300ml. /gluten, jajko/ - Kotlet pożarski 80g /gluten, jajko/, ziemniaki puree 100g /mleko/, surówka z marchewki tartej z jabłkiem 70g. - Kompot 200ml. <i>Skład: kalafior, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%-mleko, zacierka: mąka-gluten, jajko/mięso z kurczaka, mięso wieprzowe, jajko, bułka tarta-gluten, olej rzepakowy, ziemniaki, mleko, marchewka, jabłko</i>
PODWIECZOREK	- Sok tłoczony z jabłek (bez cukru) 150ml. - Wyrób własny - bułeczka maślana ½ szt. /gluten, mleko, jajko/ <i>Skład: jabłka, mąka- gluten, masło 82%-mleko, mleko, jajko</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

16.09.2026

ŚRODA - 982,6 KCAL

ŚNIADANIE	• Pieczywo słonecznikowe /gluten/, masło /mleko/, szynka z kurcząt, papryka 50g. • Pieczywo słonecznikowe /gluten/, masło /mleko/, twarożek ze szczypiorkiem 50g /mleko/. • Kakao 200ml. /mleko/ <i>Skład: pieczywo, masło 82%, mięso z piersi kurcząt 89%, ser, papryka, szczypiorek, kakao, mleko</i>
II ŚNIADANIE	• Jabłko 150g
OBIAD	• Krem dyniowo-marchwiowy /mleko/ z grzankami 300ml. /gluten/ • Spaghetti pełnoziarniste/gluten/ à la bolognese z białą fasolą i zielonym groszkiem 200g • Kompot 200ml. <i>Skład: dynia, marchew, śmietana 18%-mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki-gluten/ makaron-gluten, fasola biała, groszek zielony, marchewka, cebula, czosnek, przecier pomidorowy 30%, oregano</i>
PODWIECZOREK	• Wyrób własny - Maślanka /mleko/ owocowa 150ml, • Ciasto drożdżowe 1szt /gluten, mleko, jajko/. <i>Skład: maślanka- mleko, owoce/ mąka- gluten, mleko, jajko, 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 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

17.09.2026

CZWARTEK - 991 KCAL

ŚNIADANIE	• Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml /mleko/ • Zdrowa kanapeczka warzywna-pieczyno razowe/gluten/, masło/mleko/, ogórek zielony, pomidor, sałata 50g. • Herbata owocowa 200ml. <i>Skład: płatki kukurydziane, mleko/ pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, ogórek zielony, pomidor, sałata</i>
II ŚNIADANIE	• Owoc sezonowy
OBIAD	• Zupa krupnik /gluten/ z ziemniakami 300ml. • Gulasz z udźca kurczaka 80g/20g, kasza kuskus 130g /gluten/, surówka z kapusty pekińskiej 70g /mleko/. • Kompot 200ml. <i>Skład: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, kasza wiejska-gluten, ziemniaki/ udo z kurczaka, kasza kuskus-gluten, kapusta pekińska, kukurydza, ananas, jogurt naturalny-mleko</i>
PODWIECZOREK	• Wyrób własny - Pasta bananowo-jabłkowo-kakaowa 50g • Wafle ryżowe 2szt <i>Skład: banan, jabłko, kakao, wafle ryżowe</i>
II PODWIECZOREK	• Banan

- 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

18.09.2026

PIĄTEK - 977,1 KCAL

ŚNIADANIE

- Pieczywo graham/gluten/, masło /mleko/, szynka konserwowa, pomidor 50g.
- Pieczywo graham/gluten/, masło /mleko/, rolada serowa /mleko/, rzodkiewka 50g.
- Herbata wiśniowa 200ml.

Skład: pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, mięso wieprzowe 90%, ser-mleko, pomidor, rzodkiewka

II ŚNIADANIE

- Owoc sezonowy

OBIAD

- Zupa rosół /seler/z makaronem 300ml /gluten/
- Paluszki rybne z fileta mintaja 2szt. /ryba, gluten, jajko/, ziemniaki 100g, kapusta kiszona 70g.
- Kompot 200ml.

Skład: kurczak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron-gluten/ mintaj-ryba, jajko, bułka tarta-gluten, olej rzepakowy, ziemniaki, kapusta kiszona

PODWIECZOREK

- Wyrób własny- Serek brzoskwiniowy 70g. /mleko/
- Pieczywo chrupkie 2szt. /gluten/

Skład: ser, brzoskwinia, pieczywo

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