

JADŁOSPIS

12.05.2025

	PONIEDZIAŁEK - 1175,5 KCAL
ŚNIADANIE	• Pieczywo razowe, masło, szynka rubinkowa, ogórek zielony 50g /gluten, mleko/ • Pieczywo razowe, masło, ser biały, rzodkiewka 50g. /gluten, mleko/ • Herbata malinowa 200ml <i>Skład: pieczywo, masło 82%, mięso wieprzowe 87%, ser, ogórek zielony, rzodkiewka</i>
II ŚNIADANIE	• Jabłko 150g
OBIAD	• Zupa warzywna 300ml /gluten, jajko, mleko/ • Paski z indyka w sosie pomidorowym z marchewką i groszkiem 80g/20g, kasza pęczak 150g /gluten, mleko/ • Kompot 200ml <i>Skład: kalafior, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%, mleko, filet z indyka, przecier pomidorowy 30%, śmietana 18%, mąka, marchewka, groszek zielony, kasza pęczak</i>
PODWIECZOREK	• Wyrób własny - Smoothie bananowo-brzoskwiniowe 150ml /mleko/ • Chrupki kukurydziane <i>Skład: jogurt naturalny, mleko, banan, brzoskwinia, chrupki kukurydziane</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

13.05.2025

	WTOREK- 1229,9 KCAL
ŚNIADANIE	• Pieczywo graham, masło, twarożek z suszonymi pomidorami 50g /gluten, mleko/ • Pieczywo graham, masło, miód 50g /gluten, mleko/ • Herbata z cytryną 200ml <i>Skład: pieczywo, masło 82%, ser, miód wielokwiatowy, suszone pomidory</i>
II ŚNIADANIE	• Owoc sezonowy
OBIAD	• Zupa szczawiowa z ryżem 300ml /mleko/ • Kotlet de volaille z kurczaka 80g, ziemniaki 100g, surówka colesław 70g /gluten, mleko/ • Kompot 200ml <i>Skład: szczaw, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%, mleko, ryż; filet z kurczaka, masło 82%, bułka tarta, ziemniaki, kapusta biała, marchewka, jogurt naturalny</i>
PODWIECZOREK	• Wyrób własny- Ciasto uciране dyniowo-marchwiowe na maślanie 1szt. /gluten, jajko, mleko/ <i>Skład: mąka, jajko, maślanka, olej, dynia, marchew</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

14.05.2025

	ŚRODA - 1184 KCAL
ŚNIADANIE	• Pieczywo z ziarnami, masło, pasta z łososia i sera ze szczypiorkiem 50g /ryba, gluten, mleko/ • Pieczywo z ziarnami, masło, rolada serowa, papryka 50g /gluten, mleko/ • Herbata wiśniowa 200ml <i>Skład: pieczywo, masło 82%, łosoś, ser, ser, szczypiorek, papryka</i>
II ŚNIADANIE	• Banan
OBIAD	• Krem z cukinii i kukurydzy z grzankami 300ml /gluten, mleko/ • Kokardki 150g z polewą jagodowo-jogurtową 100ml/50ml /gluten, mleko/ • Kompot 200ml <i>Skład: cukinia, kukurydza, śmietana 18%, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki; makaron, jagody, jogurt naturalny</i>
PODWIECZOREK	• Bułka z ziarnami, masło, szynka z piersi fileta, pomidor 70g /gluten, mleko/ <i>Skład: pieczywo, masło 82%, mięso z kurczaka 84%, pomidor</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

15.05.2025

	CZWARTEK - 1074,3 KCAL
ŚNIADANIE	• Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml /mleko/ • Zdrowa kanapeczka warzywna - pieczywo żytnie, masło, pomidor, ogórek zielony, sałata 50g /gluten, mleko/ • Herbata owocowa 200ml <i>Skład: płatki kukurydziane, mleko, pieczywo, masło 82%, pomidor, ogórek zielony, sałata</i>
II ŚNIADANIE	• Jabłko 150g
OBIAD	• Zupa pomidorowa z makaronem 300ml /gluten, mleko/ • Schab pieczony z ziołami w sosie własnym 80g, ziemniaki puree 100g, surówka z marchewki tartej 70g /mleko/ • Kompot 200ml <i>Skład: przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%, mleko, makaron; schab wieprzowy, przyprawy ziołowe, ziemniaki, mleko, marchewka</i>
PODWIECZOREK	• Wyrób własny - Jabłko pieczone 1szt. • Chrupki kukurydziane <i>Skład: jabłko, chrupki kukurydziane</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

16.05.2025

	PIĄTEK - 1153,8 KCAL
ŚNIADANIE	- Pieczywo słonecznikowe, masło, polędwica z indyka, papryka 50g /gluten, mleko/ - Pieczywo słonecznikowe, masło, ser żółty, sałata 50g /gluten, mleko/ - Kawa zbożowa 200ml /gluten, mleko/ <i>Skład: pieczywo, masło 82%, mięso z indyka 93%, ser, papryka, sałata zielona, kawa zbożowa, mleko</i>
II ŚNIADANIE	Owoc sezonowy
OBIAD	- Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml /mleko/ - Naleśniki z serem białym 160g /gluten, jajko, mleko/ - Kompot 200ml <i>Skład: buraki, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%, mleko, ziemniaki; naleśniki: mąka, jajko, mleko; ser</i>
PODWIECZOREK	Wyrób własny - Focaccia z parmezanem i pomidorami 1szt. /gluten, mleko/ <i>Skład: mąka, oliwa, drożdże, pomidory, parmezan</i>
II PODWIECZOREK	Jabłko 150g

- 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