JADŁOSPIS

01.09.2025

	PONIEDZIAŁEK - 1178,5 KCAL
ŚNIADANIE	• Płatki zbożowe pełnoziarniste z mlekiem 150ml /gluten, mleko/ • Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo razowe, masło, ogórek zielony, pomidor, sałata 50g /gluten, mleko/ • Herbata wiśniowa 200ml ***Skład:*** *płatki zbożowe, mleko, pieczywo, masło 82%, ogórek zielony, pomidor, sałata*
II ŚNIADANIE	• Jabłko 150g
OBIAD	• Zupa ogórkowa z ryżem 300ml /mleko/ • Makaron 150g z serem białym 50g /gluten, jajko, mleko/ • Woda 200ml ***Skład:*** *ogórki kiszone, marchew, pietruszka, śmietana 18%, mleko, przyprawy ziołowe, ryż; makaron, ser*
PODWIECZOREK	• Bułka razowa, masło, szynka wiejska, papryka 70g /gluten, mleko/ ***Skład:*** *pieczywo, masło 82%, mięso wieprzowe 104g/100g , 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 zagęszczone, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: mufinki, 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

02.09.2025

	WTOREK - 1114,7 KCAL
ŚNIADANIE	• Pieczywo żytnie, masło, twarożek ze szczypiorkiem 50g /gluten, mleko/ • Pieczywo żytnie, masło, miód 50g /gluten, mleko/ • Herbata z cytryną 200ml ***Skład:*** *pieczywo, masło 82%, ser, miód wielokwiatowy, szczypiorek*
II ŚNIADANIE	• Jabłko 150g
OBIAD	• Zupa pomidorowa z zacierką 300ml /gluten, jajko, mleko/ • Stripsy z kurczaka 80g, ziemniaki 100g, mizeria 70g /gluten, mleko/ • Kompot 200ml ***Skład:*** *przecier pomidorowy 30%, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%, mleko, zacierka: mąka, jajko; filet z kurczaka, bułka tarta, ziemniaki, ogórek zielony, jogurt naturalny*
PODWIECZOREK	• Wyrób własny - Muffinka marchewkowa na jogurcie 1szt. /gluten, jajko, mleko/ ***Skład:*** *mąka, jajko, jogurt naturalny, olej, marchewka*
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 zagęszczone, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: mufinki, 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

03.09.2025

	ŚRODA - 1074,4 KCAL
ŚNIADANIE	• Pieczywo z ziarnami, masło, szynka pierś maślana, pomidor 50g /gluten, mleko/ • Pieczywo z ziarnami, masło, ser żółty, rzodkiewka 50g /gluten, mleko/ • Herbata malinowa 200ml ***Skład:*** *pieczywo, masło 82%, mięso z piersi kurcząt 85%, ser, pomidor, rzodkiewka*
II ŚNIADANIE	• Jabłko 150g
OBIAD	• Zupa żurek z ziemniakami 300ml /gluten, mleko/ • Gulasz z indyka i warzyw 80g/20g, kasza jęczmienna 150g /gluten/ • Kompot 200ml ***Skład:*** *zakwas żurku, marchewka, pietruszka, śmietana 18%, mleko, ziemniaki; mięso z indyka, warzywa, mąka, kasza jęczmienna*
PODWIECZOREK	• Wyrób własny - Jogurt truskawkowy 100ml /mleko/ • Pieczywo pszenno-żytnie, masło 50g /gluten, mleko/ ***Skład:*** *jogurt naturalny, truskawki, pieczywo, masło 82%*
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 zagęszczone, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: mufinki, 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

04.09.2025

	CZWARTEK - 1235,9 KCAL
ŚNIADANIE	• Pieczywo słonecznikowe, masło, pasta z tuńczyka i sera z pieczoną papryką 50g /gluten, mleko, ryba/ • Pieczywo słonecznikowe, masło, rolada serowa, ogórek zielony 50g /gluten, mleko/ • Herbata owocowa 200ml ***Skład:*** *pieczywo, masło 82%, tuńczyk, ser, ser, papryka, ogórek zielony*
II ŚNIADANIE	• Owoc sezonowy
OBIAD	• Zupa jarzynowa z fasolką szparagową 300ml /mleko/ • Pieczeń rzymska w sosie pomidorowym 80g/20g, ziemniaki puree 100g, surówka z marchewki tartej z jabłkiem 70g /gluten, jajko, mleko/ • Kompot 200ml ***Skład:*** *kalafior, groszek zielony, fasolka szparagowa, marchewka, pietruszka, śmietana 18%, mleko, przyprawy ziołowe, ziemniaki; mięso wieprzowe, jajko, przecier pomidorowy 30%, mąka, śmietana 18%, ziemniaki, mleko, marchewka, jabłko*
PODWIECZOREK	• Wyrób własny - Ciasto drożdżowe ze śliwkami i kruszonką 1szt. /gluten, jajko, mleko/ ***Skład:*** *mąka, jajko, mleko, drożdże; śliwki; masło 82%, mąka*
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 zagęszczone, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: mufinki, 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

05.09.2025

	PIĄTEK - 1248,7 KCAL
ŚNIADANIE	• Pieczywo graham, masło, polędwica z indyka, ogórek kiszony 50g /gluten, mleko/ • Pieczywo graham, masło, ser biały, papryka 50g /gluten, mleko/ • Kawa zbożowa 200ml /gluten, mleko/ ***Skład:*** *pieczywo, masło 82%, mięso z piersi indyka 93%, ser, ogórek kiszony, papryka, kawa zbożowa, mleko*
II ŚNIADANIE	• Jabłko 150g
OBIAD	• Krem z buraków z grzankami 300ml /gluten, mleko/ • Racuchy z jabłkami 2szt., i musem borówkowo- jogurtowym 70ml/30ml. /gluten, mleko, jajko/ • Kompot 200ml ***Skład:*** *buraki, śmietana 18%, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki; racuchy: mąka, mleko, jajko, jabłka; borówki, jogurt naturalny*
PODWIECZOREK	• Pieczywo pszenno-żytnie, masło, pasta jajeczno-serowa ze szczypiorkiem 50g /gluten, mleko, jajko/ ***Skład:*** *pieczywo, masło 82%, jajko, ser, szczypiorek*
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 zagęszczone, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: mufinki, 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