

JADŁOSPIS 13.10-17.10.2025

PODSTAWOWA

Poniedziałek 13.10	Wtorek 14.10	Środa 15.10	Czwartek 16.10	Piątek 17.10
Śniadanie				
chleb pszenno-żytni – 2 kromki ser żółty – 30 g masło – 10 g ogórek- 30 g (gluten, mleko, gorczyca) kakao na mleku 200 ml (gluten, mleko, soja)	chleb pszenno-żytni – 2 kromki wędlina wieprzowa – 30 g masło - 10 g pomidor – 30 g (gluten, mleko, soja, seler) herbata owocowa 200 ml	płatki ryżowe na mleku 250 g (mleko) chleb pszenno-żytni – 1 kromka ser biały – 15 g masło – 5 g miód– 5 g (gluten, mleko, gorczyca) herbata czarna 200 ml	chleb pszenno-żytni – 2 kromki pasta mięsna – 50 g masło - 10 g papryka – 30 g (gluten, mleko, gorczyca, jaja) herbata owocowa 200 ml	bułka kajzerka – 55 g jajko gotowane – 50 g masło – 10 g rzodkiewka - 30 g (gluten, mleko, gorczyca, jaja) herbata czarna 200 ml
Obiad				
zacierka z makaronem kuleczki – 250 ml (seler, gluten, jaja) potrawka z kurczaka - 80 g ryż – 50 g surówka z białej kapusty w sosie winegret – 70 g (gluten, mleko) kompot jabłkowy 200 ml	pomidorowa z ryżem – 250 ml (mleko, seler) kotlet mielony - 80 g ziemniak - 120 g buraczki zasmażane – 70 g (gluten, jaja) kompot wiśniowy 200 ml	żurek z jajkiem - 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, mleko, seler, gorczyca, jaja) ryba po grecku – 120 g ziemniak - 120 g (ryba, gluten, seler) kompot wieloowocowy 200 ml	zupa kalafiorowa - 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, mleko, seler, gorczyca) gołąbek bez zawijania w sosie pomidorowym – 120 g ziemniak – 120 g ogórek kiszony – 70 g (gluten, mleko) kompot wiśniowy 200 ml	zupa fasolowa - 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, gorczyca) naleśniki z serem i sosem owocowym - 2 szt. (gluten, mleko, jaja) kompot wieloowocowy 200 ml
Podwieczorek				
owoc sezonowy – 1 szt.	rogalik maślany – 1 szt. bananowa nutella- 20 g (gluten, soja)	kisiel – 200 ml wafel ryżowy - 1 szt. (mleko)	kakaowa panna cotta z musem malinowym – 160 g (mleko, gluten, soja)	ciasteczka owsiane – 2 szt. (gluten, jaja)

Poniedziałek 13.10	Wtorek 14.10	Środa 15.10	Czwartek 16.10	Piątek 17.10
Śniadanie				
[<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze sło<u>du jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] (<u>mleko pasteryzowane</u>, sól spożywcza, stabilizator; chlorek wapnia, kultury bakterii mlekowych, podpuszczka mikrobiologiczna) (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>) ogórek (<u>mleko - mleko pasteryzowane</u>, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%, <u>kakao - produkt</u>)	[<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze sło<u>du jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] (mięso wieprzowe, woda, <u>białko sojowe</u>, sól, stabilizator, sacharoza, <u>laktoza</u>, hydrolizat białka roślinnego, przeciwutleniacz, <u>seler</u>) (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>) pomidor (herbata czarna, aromat, truskawka (0,9%), malina (0,6%), czerwona porzeczka (0,6%), jeżyna (0,3%), wiśnia (0,3%))	(<u>mleko - mleko pasteryzowane</u>, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%, <u>płatki ryżowe</u>) [<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze sło<u>du jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] twaróg (<u>mleko pasteryzowane</u>, kultury bakterii kwasu mlekowego] (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>) miód (woda, herbata czarna)	[<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze sło<u>du jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] [mięso mielone drobiowe, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, <u>gorczyca</u>, cukier, sól, przyprawy), woda, <u>żółtka jaj kurzych</u>), sól, pieprz] (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>) papryka (herbata czarna, aromat, truskawka (0,9%), malina (0,6%), czerwona porzeczka (0,6%), jeżyna (0,3%), wiśnia (0,3%))	<u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, olej roślinny (rzepakowy), sól, cukier, odtłuszczone <u>mleko w proszku</u>, bezwodny tłuszcz mleczny, <u>mąka ze sło<u>du pszennego</u></u>, gluten <u>pszenny</u>, dekstroza, mąka ze <u>sło<u>du jęczmiennego</u></u>, środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy) <u>jaja</u> (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>) rzodkiewka (woda, herbata czarna)
Obiad				

[woda, ziemniaki, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz; makaron kuleczki: <u>mąka pszenna semolina</u>, może <u>zawierać jaję</u>), marchew , pietruszka przyprawa (sól, warzywa, suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)] [bulion drobiowy, mięso z piersi kurczaka, cebula, <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych), <u>mąka pszenna</u>, sól, pieprz] ryż (kapusta biała, marchew, cebula, cukier, olej roślinny, woda, <u>musztarda</u>, <u>zawiera gorczyce</u>, koper i sól) (woda, jabłko)	[woda, udko z kurczaka, włoszczyzna- <u>seler</u>, przecier pomidorowy, <u>śmietana 12%</u>, (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych), ryż, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)] [mięso mielone z łopatki wieprzowej, cebula, <u>jajko</u>, <u>bułka tarta</u> (<u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże), sól, pieprz] ziemniak (buraki czerwone, cebula, olej, <u>mąka pszenna</u>, sól, cukier, pieprz) (woda, wiśnie mrożone, cukier)	[woda, włoszczyzna –<u>seler</u>, marchew, por, <u>jaję</u>, <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych), przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)] [<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszen</u>ny, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] (<u>ryba</u> miruna, <u>jajko</u>, <u>bułka tarta</u> (<u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże), sól, pieprz], marchew, pomidor, cebula, por, <u>seler</u>) ziemniak (woda, śliwka, czarna porzeczka, jabłko, truskawka, wiśnia mrożone)	[woda, ziemniaki, kalafior, marchew, seler, por, <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych), przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)] [<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszen</u>ny, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] (mięso mielone z szynki wieprzowej, kapusta biała, ryż, przecier pomidorowy, <u>śmietana mąka</u>, cebula, sól, pieprz) ziemniak ogórek kiszony (woda, wiśnie mrożone, cukier)	[woda, ziemniaki, fasola, marchew, por, pietruszka, <u>seler</u> przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)] [<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszen</u>ny, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] [<u>mąka pszenna</u>, <u>jaję</u>, mleko (<u>mleko - mleko pasteryzowane</u>, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%), <u>twaróg</u> (<u>mleko pasteryzowane</u>, kultury bakterii kwasu mlekowego), <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych), truskawka, malina, borówka, wiśnie mrożone, cukier] (woda, śliwka, czarna porzeczka, jabłko, truskawka,
Podwieczorek				

owoc sezonowy	(<u>mąka pszenna</u>, woda, tłuszcz roślinny, cukier, sól, regulator kwasowości) (banan, miód, sok z cytryny, kakao - produkt może zawierać <u>soję i gluten</u>)	(cukier, skrobia ziemniaczana, aromat, sól, witamina C, <u>może zawierać mleko</u>) (ryż brązowy)	[<u>mleko</u> (<u>mleko</u> pasteryzowane, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%), <u>śmietanka</u>, <u>kakao</u>, malina, cukier, żelatyna wieprzowa)	(<u>płatki owsiane</u>, <u>jaja</u>, olej <u>mąka pszenna</u>, cukier, pdp, cynamon)
---------------	---	---	--	---