

JADŁOSPIS 09.03-13.03.2026

PODSTAWOWA

Poniedziałek 09.03	Wtorek 10.03	Środa 11.03	Czwartek 12.03	Piątek 13.03
Śniadanie				
chleb żytni razowy – 2 kromki ser żółty – 30 g masło – 10 g ogórek – 30 g (gluten, mleko, śladowe ilości orzechy, sezam) herbata owocowa 200 ml	chleb pszenno-żytni – 2 kromki parówka – 80 g masło - 10 g pomidor – 30 g (gluten, gorczyca, mleko) herbata czarna 200 ml	bułka kajzerka – 55 g twarożek - 50 g masło - 10 g rzodkiewka – 30 g (gluten, mleko) kawa zbożowa 200 ml (gluten, mleko)	chleb pszenno-żytni – 2 kromki pasztet domowy – 50 g masło - 10 g papryka – 30 g (gluten, mleko, jaja, gorczyca) herbata owocowa 200 ml	chleb pszenno-żytni – 2 kromki jajecznica – 60 g masło - 10 g pomidor – 30 g (gluten, mleko, gorczyca, jaja) herbata czarna 200 ml
Obiad				
zupa jarzynowa -250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, gorczyca) gulasz mięsno-warzywny– 80 g kasza gryczana– 50 g (seler, gluten) kompot porzeczkowy 200 ml	pomidorowa z ryżem – 250 ml (mleko, seler) nuggetsy - 80 g ziemniak - 120 g surówka 4 pory roku - 70 g (gluten, jaja) kompot wiśniowy 200 ml	zupa ziemniaczana – 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, gorczyca) łazanki – 230 g (gluten, jaja) kompot wieloowocowy 200 ml	zupa koperkowa -250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, gorczyca, mleko) paluszki rybne - 80 g ziemniak - 120 g fasolka szparagowa – 70 g (ryba, gluten) kompot wiśniowy 200 ml	barszcz ukraiński - 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, gorczyca, mleko) naleśniki z serem i sosem owocowym - 2 szt. (gluten, mleko, jaja) kompot truskawkowy 200 ml
Podwieczorek				
drożdżówka z serem – 1 szt. (mleko, jaja, gluten)	joguś owocowy – 150 ml wafel ryżowy – 1 szt. (mleko)	warzywa w słupki – 80 g	ciasto marchewkowe – 60 g (gluten, jaja)	sałatka owocowa – 150 g

Poniedziałek 09.03	Wtorek 10.03	Środa 11.03	Czwartek 12.03	Piątek 13.03
Śniadanie				
(<u>mąka żytnia</u>, zakwas naturalny, <u>otręby pszenne</u>, <u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, sól, może zawierać śladowe ilości <u>sezamu</u> i <u>orzechów arachidowych</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 (herbata czarna, aromat, truskawka (0,9%), malina (0,6%), czerwona porzeczka (0,6%), jeżyna (0,3%), wiśnia (0,3%))	[<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>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] (mięso wieprzowe 90%, woda, skrobia, sól, aromat, sproszkowany sok z cytryny, białko wieprzowe kolagenowe, stabilizatory) (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>) pomidor (woda, herbata czarna)	(<u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, olej roślinny (rzepakowy), sól, cukier, odtłuszczone <u>mleko</u> w proszku, bezwodny tłuszcz <u>mleczny</u>, mąka ze słodu <u>pszennego</u>, gluten <u>pszenny</u>, dekstroza, mąka ze słodu <u>jęczmiennego</u>, środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy) [twaróg (<u>mleko pasteryzowane</u>, kultury bakterii kwasu mlekowego,), <u>śmietana 12%</u>(<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii <u>mlekowych</u>) (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>) rzodkiewka (<u>mleko pasteryzowane</u>, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%, kawa inka (zboża 72%, <u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>, cykoria, burak cukrowy - prażone)	[<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>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] (mięso mielone, <u>jaja</u>, cebulka, <u>bułka tarta</u> (<u>mąka pszenna</u>, sól, drożdże), 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>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, gluten <u>pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] (<u>jaja</u>, olej, sól, pieprz) (83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>) pomidor (woda, herbata czarna)
Obiad				
[woda, kalafior, marchew, ziemniak, brokuł, fasola	[woda, udko z kurczaka, włoszczyzna- <u>seler</u> , przecier	[[woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, koperek, przyprawa	[woda, ziemniaki, koperek marchew, seler, pietruszka,	[woda, ziemniak, burak, marchew, pietruszka, fasola,

szparagowa, <u>seler</u>, 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>, <u>zakwas żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słoju <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, <u>gluten pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] [woda, mięso wieprzowe-szynka, marchew, por, pietruszka, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)] kasza gryczana (woda, czarna porzeczka, truskawka, malina mrożone)	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)] [piers z kurczaka, <u>jajko</u>, <u>płatki kukurydziane</u> (<u>kukurydza</u>, <u>ekstrakt słoju jęczmiennego</u>, sól, emulgator), sól, pieprz] ziemniak (kapusta biała, jabłka, ogórki kwaszone, papryka, cebula, marchew, sos (cukier, olej rzepakowy, woda), sól) (woda, wiśnia mrożona, cukier	(sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)] [<u>mąka pszenna</u>, <u>zakwas żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słoju <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, <u>gluten pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] (makaron łazanki (<u>mąka pszenna semolina (100%)</u>, <u>może zawierać jaja</u>), kapusta ,mięso mielone z łopatki wieprzowej, cebula, sól, pieprz) (woda, śliwka, czarna porzeczka, jabłko, truskawka, wiśnia mrożone)	<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>, <u>zakwas żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słoju <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, <u>gluten pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] [(<u>filety z mintaja</u>, <u>panierka sypka</u> (<u>mąka pszenna</u>, sól, papryka, kurkuma, drożdże), olej słonecznikowy, woda, <u>mąka pszenna</u>, skrobia ziemniaczana, sól) ziemniak fasolka szparagowa (woda, wiśnia mrożona, cukier)	(<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>, <u>zakwas żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słoju <u>jęczmiennego</u>, <u>mąka żytnia</u>, sól, <u>gluten pszenny</u>, kwas askorbinowy, może zawierać <u>gorczyce</u>] [<u>mąka pszenna</u>, <u>jaja</u>, <u>mleko</u> (<u>mleko - mleko pasteryzowane</u>, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%), <u>twaróg</u> (<u>mleko pasteryzowane</u>, kultury bakterii <u>kwasu mlekowego</u>), <u>śmietana 12%</u> (<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych), truskawka, malina, borówka, wiśnie mrożone, cukier] (woda, truskawka mrożona)
Podwieczorek				

(<u>mąka pszenna</u> , <u>ser</u> <u>twarogowy</u> , cukier, woda, margaryna (olej rzepakowy, woda, sól, regulator kwasowości), <u>jaja</u> , drożdże, <u>mleko w proszku</u> , skrobia modyfikowana, sól, cukier wanilinowy, aromat waniliowy, barwnik: karoteny)	(<u>mleko</u> , cukier, wsad owocowy, substancje zagęszczające: pektyny, guma guar, aromat, barwniki, białka <u>mleka</u> , żywe kultury bakterii jogurtowych) (ryż brązowy)	(marchew, papryka, ogórek)	(<u>mąka pszenna</u> , marchew, jabłko, olej, <u>jaja</u> , cukier, cynamon, pdp)	(banan, gruszka, jabłko, kiwi)
---	---	----------------------------	--	--------------------------------