

JADŁOSPIS 08.06-12.06.2026

PODSTAWOWA

Poniedziałek 08.06	Wtorek 09.06	Środa 10.06	Czwartek 11.06	Piątek 12.06
Śniadanie				
<p>chleb żytni razowy – 2 kromki ser żółty – 30 g masło - 10 g sałata -10 g</p> <p>(gluten, mleko, sezam, orzechy arachidowe)</p> <p>kawa zbożowa 200 ml (gluten, mleko)</p>	<p>chleb żytni razowy – 2 kromki paprykarz domowy – 50 g masło - 10 g pomidor – 30 g</p> <p>(gluten, mleko, sezam, orzechy arachidowe, ryba)</p> <p>herbata czarna 200 ml</p>	<p>chleb żytni razowy – 2 kromki twarożek z rzodkiewką - 50 g masło - 10 g ogórek – 30 g</p> <p>(gluten, mleko, sezam, orzechy arachidowe)</p> <p>herbata owocowa 200 ml</p>	<p>chleb pszenno-żytni – 2 kromki jajko gotowane – 50 g masło - 10 g pomidor– 30 g</p> <p>(gluten, mleko, jaja, gorczyca)</p> <p>herbata owocowa 200 ml</p>	<p>chleb pszenno-żytni – 2 kromki wędlina drobiowa – 30 g masło – 10 g papryka – 30 g</p> <p>(gluten, mleko, gorczyca)</p> <p>herbata czarna 200 ml</p>
Obiad				
<p>krupnik jęczmienny - 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, gorczyca)</p> <p>spaghetti napoli - 230 g (gluten, jaja, mleko)</p> <p>kompot jabłkowy 200 ml</p>	<p>rosół z makaronem nitka- 250 ml (gluten, seler, jaja)</p> <p>kotlet z piersi kurczaka - 80 g ziemniak - 120 g surówka colesław – 70 g (gluten, jaja , gorczyca)</p> <p>kompot wiśniowy 200 ml</p>	<p>zupa ziemniaczana - 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, gorczyca)</p> <p>pulpet w sosie ziołowym – 100 g kasza jęczmienna – 40 g surówka z białej kapusty – 70 g (gluten, mleko)</p> <p>kompot wieloowocowy 200 ml</p>	<p>zupa jarzynowa z pomidorami - 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, gorczyca)</p> <p>pierogi z serem i śmietanką - 4 szt. (mleko, gluten)</p> <p>kompot wiśniowy 200 ml</p>	<p>barszcz czerwony z jajkiem - 250 ml chleb pszenno-żytni – 30 g (gluten, seler, gorczyca, mleko, jaja)</p> <p>paluszki rybne - 80 g ziemniak – 120 g surówka z pora– 70 g (gluten, jaja, ryba, gorczyca)</p> <p>kompot wieloowocowy 200 ml</p>
Podwieczorek				
<p>rogalik maślany – 1 szt. (gluten)</p>	<p>gruszka – 1 szt.</p>	<p>chrupki kukurydziane – 15 g soczek - 200 ml</p>	<p>warzywa do chrupania – 80 g</p>	<p>biszkopt z jabłkiem – 70 g (gluten, jaja)</p>

Poniedziałek 08.06	Wtorek 09.06	Środa 10.06	Czwartek 11.06	Piątek 12.06
Śniadanie				
<p>(<u>mąka żytnia</u>, zakwas naturalny, <u>otreby pszenne</u>, <u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, sól, może zawierać śladowe ilości <u>sezamu</u> i <u>orzechów arachidowych</u>)</p> <p>(<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>)</p> <p>sałata</p> <p>(mleko pasteryzowane, mikrofiltrowane, świeże, zawartość tłuszczu 2%, kawa inka (<u>zboża 72%</u>, <u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>, cykorcia, burak cukrowy - prażone)</p>	<p>(<u>mąka żytnia</u>, zakwas naturalny, <u>otreby pszenne</u>, <u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, sól, może zawierać śladowe ilości <u>sezamu</u> i <u>orzechów arachidowych</u>)</p> <p>(<u>ryba</u>, ryż, marchewka, cebula, koncentrat pomidorowy, olej, sól, pieprz)</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>pomidor</p> <p>(woda, herbata czarna)</p>	<p>(<u>mąka żytnia</u>, zakwas naturalny, <u>otreby pszenne</u>, <u>mąka pszenna</u>, woda, drożdże, sól, może zawierać śladowe ilości <u>sezamu</u> i <u>orzechów arachidowych</u>)</p> <p>[twaróg (mleko pasteryzowane, kultury bakterii kwasu mlekowego,), <u>śmietana 12%</u>(<u>śmietanka pasteryzowana</u>, skrobia, kultury bakterii mlekowych), rzodkiewka]</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>ogórek</p> <p>(herbata czarna, aromat, truskawka (0,9%), malina (0,6%), czerwona porzeczka (0,6%), jeżyna (0,3%), wiśnia (0,3%))</p>	<p>[<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>]</p> <p><u>jaja</u></p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>pomidor</p> <p>(herbata czarna, aromat, truskawka (0,9%), malina (0,6%), czerwona porzeczka (0,6%), jeżyna (0,3%), wiśnia (0,3%))</p>	<p>[<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>]</p> <p>(mięso z piersi kurczaka, skrobia ziemniaczana, stabilizator, sól, przyprawy)</p> <p>(83% zawartości tłuszczu, otrzymywany ze <u>śmietany z mleka krowiego</u>)</p> <p>papryka</p> <p>(woda, herbata czarna)</p>
Obiad				
<p>[[woda, ziemniaki, kasza <u>jęczmienna</u>, marchew, cebula, pietruszka, <u>seler</u>, pieprz, koperek, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p> <p>[<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u></p>	<p>[woda, udko z kurczaka, makaron (<u>mąka pszenna</u>, semolina, może zawierać <u>jaja</u>), marchew, cebula, pietruszka, por, <u>seler</u>, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p>	<p>[woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, koperek, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p> <p>[<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu</p>	<p>[woda, ziemniak, kalafior, marchew, brokuł, fasola, szparagowa, pomidor, <u>seler</u>, por, koperek, przyprawa (sól, warzywa suszone: marchew, pomidor, cebula, ziemniak, <u>korzeń selera</u>, czosnek, kurkuma, pieprz czarny, pasternak, oliwa z oliwek)]</p> <p>[<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u> (<u>mąka żytnia</u>, woda), woda,</p>	<p>[woda, buraki, <u>jaja</u>, marchew, <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)]</p> <p>[<u>mąka pszenna</u>, zakwas <u>żytni</u></p>

<p>(mąka żytnia, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu jęczmiennego, mąka żytnia, sól, gluten pszeniczny, kwas askorbinowy, może zawierać gorczyce]</p> <p>(makaron -mąka pszenna, semolina, może zawierać jaja, ugotowany przecier pomidorowy, ser mozzarella, czosnek, cebula, oliwa z oliwek, bazylia, oregano, sól, pieprz)</p> <p>(woda, jabłko)</p>	<p>[pierś z kurczaka, jajko, bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże), sól, pieprz]</p> <p>ziemniak</p> <p>(kapusta biała, majonez (olej rzepakowy, woda, żółtko jaj, musztarda – może zawierać gorczyce) chrzan tarty, marchew, cukier, sól, regulator kwasowości)</p> <p>(woda, wiśnie mrożone, cukier)</p>	<p>jęczmiennego, mąka żytnia, sól, gluten pszeniczny, kwas askorbinowy, może zawierać gorczyce]]</p> <p>[mięso mielone z szynki wieprzowej, natka pietruszki, jajko, bułka (mąka pszenna, sól, drożdże), śmietana 12% (śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych), mąka pszenna, cebula, czosnek, koperek, sól, pieprz, bazylia, tymianek oregano]</p> <p><u>kasza jęczmienna</u></p> <p>(kapusta biała, marchew, cebula, cukier, olej roślinny, woda, musztarda, zawiera gorczyce, koper i sól)</p> <p>(woda, śliwka, czarna porzeczka, jabłko, truskawka, wiśnia mrożone)</p>	<p>drożdże, ekstrakt ze słodu jęczmiennego, mąka żytnia, sól, gluten pszeniczny, kwas askorbinowy, może zawierać gorczyce]</p> <p>[mąka pszenna, ziemniaki, ser twarogowy (mleko pasteryzowane, kultury bakterii kwasu mlekowego), śmietana 12% (śmietanka pasteryzowana, skrobia, kultury bakterii mlekowych), cebula, sól, pieprz]</p> <p>(woda, wiśnie mrożone, cukier)</p>	<p>(mąka żytnia, woda), woda, drożdże, ekstrakt ze słodu jęczmiennego, mąka żytnia, sól, gluten pszeniczny, kwas askorbinowy, może zawierać gorczyce]</p> <p>[(filety z mintaja, panierka sypka (mąka pszenna, sól, papryka, kurkuma, drożdże), olej słonecznikowy, woda, mąka pszenna, skrobia ziemniaczana, sól)]</p> <p>ziemniak</p> <p>(kapusta biała, majonez (olej rzepakowy, woda, żółtko jaj, musztarda- zawiera gorczyce, cukier), por, cukier, sól, pieprz czarny, regulator kwasowości)</p> <p>(woda, śliwka, czarna porzeczka, jabłko, truskawka, wiśnia mrożone)</p>
Podwieczorek				
<p>(mąka pszenna, woda, tłuszcz roślinny, cukier, sól, regulator kwasowości)</p>	<p>gruszka</p>	<p>(kasza kukurydziana, olej słonecznikowy)</p> <p>(sok jabłkowy 100% z zagęszczonego soku jabłkowego)</p>	<p>(marchew, papryka, ogórek)</p>	<p>(mąka pszenna, jaja, cukier, jabłko)</p>