

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 26.05.2025 do 30.05.2025.....	2
Poniedziałek 26.05.2025.....	2
Śniadanie.....	2
II Śniadanie	2
Obiad	2
Wtorek 27.05.2025.....	4
Śniadanie.....	4
II Śniadanie	4
Obiad	4
Środa 28.05.2025.....	6
Śniadanie.....	6
II Śniadanie	6
Obiad	6
Czwartek 29.05.2025.....	8
Śniadanie:.....	8
II Śniadanie:	8
Obiad	8
Piątek 30.05.2025	10
Śniadanie:	10
II Śniadanie:	10
Obiad	10
Legenda (objaśnienia):.....	11

Jadłospis obowiązujący od 26.05.2025 do 30.05.2025

Poniedziałek 26.05.2025

Śniadanie

Mleko, kanapki z masłem, szynka gotowana, jajo gotowane, warzywa, herbata z cytryną.

Składniki:

- mleko 2% (**mleko**), ,
- pieczywo pszenne (**gluten pszenny**),
- pieczywo orkiszowe (**gluten orkiszowy**),
- masło (**mleko**),
- szynka gotowana (**soja**),
- **jaja**,
- majonez (**jaja, gorczyca**),
- sałata,
- pomidor,
- rzodkiewka,
- ogórek,
- herbata owocowa.

II Śniadanie

Banany.

Składniki:

- banany.

Obiad

Zupa jarzynowa z groszkiem zielonym

Składniki:

- kurczak,
- marchewka,
- pietruszka por,
- cebula, **seler**,
- groszek zielony,
- kasza manna (**gluten pszenny**)
- jogurt naturalny (**mleko**),
- przyprawy.

Bigos z młodej kapusty z mięsem i ziemniakami, surówka z selera, marchewki ze szczypiorkiem, kompot.

Składniki:

- kapusta młoda,
- szynka wieprzowa,
- cebula,
- olej rzepakowy,
- pulpa pomidorowa,
- przyprawy
- ziemniaki, sól
- **seler**, marchewka, szczypiorek,
- owoc

Kompot

Składniki:

- wiśnia, cukier.

Zestaw zawiera:

- mleko 200ml
- kanapki z masłem, szynka drobiowa, jajo gotowane z warzywami 100g,
- herbata 200ml
- banan 150g
- zupa 250 ml
- bigos z młodej kapusty z szynka i ziemniakami 230g,
- surówka 60g
- owoc 50g
- kompot: 200 ml

Wtorek 27.05.2025

Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku, bułka pszenna z masłem, twarożek ze szczypiorkiem z warzywami, herbata.

Składniki:

- mleko 2% (**mleko**),
- płatki kukurydziane, ,
- bułka pszenna (**gluten pszenny**) z masłem (**mleko**),
- twaróg półtłusty (**mleko**),
- szczypiorek,
- pomidor, ogórek kiszony,
- herbata,
- cukier.

II Śniadanie

Rogal z masłem i dżemem malinowym.

Składniki:

mleko, jaja, mąka pszenna (**gluten pszenny**), masło (**mleko**), dżem malinowy.

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem.

Składniki:

- żeberka, marchewka, pietruszka, por, cebula, **seler**, pulpa pomidorowa, makaron świderki (**gluten pszenny**), jogurt naturalny (**mleko**), przyprawy

Zraz mielony z serem żółtym z ziemniakami, buraczki z cebulką, kompot wiśniowy.

Składniki:

- filet drobiowy,
- cebula,
- bułka pszenna (**gluten pszenny**),
- **jaja**,
- olej rzepakowy,
- przyprawy,
- ziemniaki, sól
- buraczki, cebula, oliwa.
- owoc

Kompot

Składniki:

- wiśnia, cukier.

Zestaw zawiera:

- płatki kukurydziane na mleku 200ml
- pieczywo 40g, masło 8g, szynka drobiowa 20g, ser żółty 20g, warzywa 100g,
- herbata 200ml
- rogal z masłem i dżemem malinowym 150g
- zupa 250 ml
- zraz mielony w sosie z ziemniakami 220 g
- buraczki z cebulką 60 g
- owoc 50g
- kompot: 200 ml

Środa 28.05.2025

Śniadanie

Kakao na mleku, stół szwedzki: kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, polędwica drobiowa, ser camembert, kabanosy, jaja gotowane, pomidor sałata, szczypiorek.

Składniki:

- mleko 2% (**mleko**),
- pieczywo mieszane (**gluten pszenny, żytni**) z masłem (**mleko**),
- polędwica drobiowa (**soja**),
- **jaja**,
- sałata,
- pomidor,
- szczypiorek.

II Śniadanie

Taca warzywna.

Składniki:

- Kalarepka,
- pomidorki koktajlowe,
- ogórek zielony,
- papryka kolorowa,
- marchewka.

Obiad

Zupa fasolowa.

Składniki:

- żeberka wieprzowa,
- marchewka,
- pietruszka,
- por,
- cebula,
- **seler**,
- por,
- ziemniaki,
- zielona pietruszka,
- przyprawy.

Naleśniki z twarogiem i dżemem, tarta marchewka z pomarańczą i pestkami dyni, kompot, owoc.

Składniki:

- mleko,
- jaja,
- mąka (gluten pszenny),
- twaróg półtłusty (mleko),
- dżem truskawkowy,
- olej rzepakowy,
- przyprawy,
- owoc.

Kompot

Składniki:

- czarna porzeczka, cukier.

Zestaw zawiera:

- kakao na mleku 200g, pieczywo z masłem, szynka drobiowa, kabanosy wieprzowe, ser camembert, jaja gotowane, warzywa.
- taca warzywna 150g
- zupa: 250ml
- naleśniki z serem i dżemem 200g,
- surówka 60g
- owoc 50g
- kompot: 200 ml

Czwartek 29.05.2025

Śniadanie:

Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, kanapki z masłem, schab pieczony, pasta z makreli, ogórek kiszony, papryka, herbata.

Składniki:

- mleko 2% (**mleko**),
- płatki jęczmienne (**gluten jęczmienny**),
- pieczywo mieszane (**gluten pszenny, orkiszowy**) z masłem (**mleko**),
- makrela (**ryby**),
- kabanosy drobiowe (**soja**),
- ogórek kiszony,
- papryka,
- herbata,
- cukier.

II Śniadanie:

Budyń z sosem truskawkowym .

Składniki:

- masło (**mleko**),
- budyń waniliowy,
- truskawki mrożone,
- cukier.

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem.

Składniki:

- ćwiartka z kurczaka,
- ziemniaki,
- marchewka,
- pietruszka,
- **seler**,
- por,
- cebula,
- ryż biały,
- koperek,
- przyprawy

A' la lasagne z indykiem, serem żółtym i warzywami, kompot.

Składniki:

- filet z indyka,
- makaron (**gluten pszenny**),
- cebula,
- czosnek,
- kalafior, brokuły,
- marchewka mini,
- kukurydza,
- olej rzepakowy,
- przyprawy.

Kompot

Składniki:

- wiśnia, cukier.

Zestaw zawiera:

- zupa mleczna 200ml, kanapki z masłem, makrelą i warzywami 100g, herbata 200ml.
- budyń waniliowy z sosem truskawkowym 150g
- zupa: 250ml
- a'la lasagne z indykiem, serem żółtym i warzywami 250g,
- owoc 50g
- kompot: 200 ml

Piątek 30.05.2025

Śniadanie:

Kawa inka na mleku, bułka kukurydziana z dynią, masłem, pasta jajeczna, warzywa.

Składniki:

- kawa inka (gluten (**gluten żytni, jęczmienny**),
- mleko 2% (**mleko**),
- pieczywo mieszane (**gluten pszenny, żytni**),
- **masło**,
- **jaja**,
- majonez (**jaja, gorczyca**),
- sałata,
- pomidor,
- kiełki rzodkiewki..

II Śniadanie:

Jagodowy shake z prażonymi migdałami.

Składniki:

- jogurt naturalny (**mleko**),
- jagody mrożone,
- płatki migdałów (**orzechy**),
- cukier.

Obiad

Zupa krupnik z jarzynami.

Składniki:

- ćwiartka z kurczaka,
- marchew,
- pietruszka,
- **seler**,
- por,
- cebula,
- kasza jęczmienna (**gluten jęczmienny**),
- zielona pietruszka,
- przyprawy.

Paluszki rybne z fileta z ziemniakami, surówka z kapusty kiszonej z marchewką, porem o oliwą, kompot.

Składniki:

- filet z mintaja (**ryby**),
- mąka (**gluten pszenny**),
- olej rzepakowy,
- ziemniaki,
- kapusta kiszona,
- marchewka,
- por,
- przyprawy.

Kompot

Składniki:

- truskawki, cukier.

Zestaw zawiera:

- kawa inka 200ml, bulka kukurydziana z masłem, pasta jajeczna z warzywami 100g
- zupa: 250 ml
- paluszki rybne z ziemniakami 220 g
- surówka 60 g
- kompot: 200 ml

Legenda (objaśnienia):

1. Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem
2. Ilość cukru: 6 g w 200 ml kompotu