

Jadłospis (5.10-9.10. 2026 r.)

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
<u>I, II: Zupa ogórkowa - 300 ml</u> <u>II: Makaron farfalle z twarogiem i musem z malin – 200 g</u> Woda z cytryną – 200 ml alergeny *1, 7, 9	<u>II: Zupa koperkowa z ryżem – 300 ml</u> <u>I: Łazanki z kapustą i kielbasą – 200 g, II: wersja bez kielbasy</u> Sok wielowocowy w kartoniku – 200 ml alergeny *1, 7, 9	<u>II: Zupa soczewicowa – 300 ml</u> <u>Ziemniaki puree – 180 g</u> <u>I: Rolada z piersi kurczaka faszerowana – 100 g</u> <u>II: Kotlet jaglany ze szpinakiem – 100 g</u> <u>Surówka z białek kapusty, marchewki, papryki, selera i ogórka kiszzonego – 140 g</u> Herbata rumiankowa - 200 ml alergeny *1, 3, 7, 9	<u>I: Żurek z jajkiem i białą kielbasą II: na bulionie warzywnym</u> <u>I: Zapiekanka z bagietki pszennej z szynką i serem z dodatkiem ketchupu – 1 szt</u> <u>I: wersja bez szynki z serem żółtym – 1 szt</u> Koktajl truskawkowo-bananowy– 200 ml alergeny *1, 3, 7, 9,	<u>II: Zupa po królewsku - 300 ml</u> <u>Ryż z prażonymi jabłkami i polewą waniliową – 200 g</u> <u>Kompot śliwkowy – 200 ml</u> alergeny *1, 7, 9
I: Kości karkowo - schabowe, skrzydła z kurczaka, włoszczyzna, ogórki kiszzone, ziemniaki, koperek, śmietana UHT 12% II: wersja na bulionie warzywnym, masło, przyprawy. Makaron pszenny kokardy, twaróg półtłusty, śmietana 18 % homogenizowana, maliny, cukier. Woda, cytryny bez cukru.	II: na bulionie warzywnym z masłem 83%, ryż biały, koperek, przyprawy. I: Makaron pszenny łazanki, kapusta kiszona, cebula, kielbasa podwawelska, boczek wędzony, olej rzepakowy, przyprawy. II: Wersja bez kielbasy Sok w katoniku – 200 ml	I: bulion warzywny, włoszczyzna, soczewica czerwona, ziemniaki, masło, przyprawy. I: Pierś z kurczaka, przyprawy, ser żółty, pietruszka natka, jaja, mąka pszenna, bułka tarta, smalec do smażenia, ziemniaki tłoczone z masłem i mlekiem 3,2%, przyprawy. Kapusta biała, marchew, papryka, seler, pietruszka, ogórek kiszony, majonez. II: Kasza jaglana, szpinak, kasza manna , ser mozzarella + dip. Herbata bez cukru.	I: Kielbasa biała, żur zakwas, włoszczyzna, ziemniaki, pietruszka natka, przyprawy, II: na bulionie warzywnym, I: Bagietka pszenna, masło 83%, szynka wieprzowa gotowana, przyprawy, ser żółty. II: wersja z serem żółtym bez szynki. Śmietana 18% homogenizowana, maślanka, jogurt naturalny, truskawki, banany.	II: bulion warzywny, kalafior, brokuł, marchew, seler, pietruszka korzeń, ziemniaki, przyprawy, śmietana 12% UHT, II: Ryż biały, jabłka, cynamon, cukier, polew: jogurt naturalny, śmietana 18% homogenizowana, cukier wanilinowy. Śliwki, miód

*Alergeny podkreślone w jadłospisie: 1-gluten, 3-jaja, 4-ryby, 6- soja i pochodne, 7-mleko i pochodne, 9-seler, 10-gorczyca, 11- sezam i pochodne.

I - dieta mięsna II – dieta wegetariańska

Jadłospis (28.09-2.10. 2026 r.)

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
<u>I, II: Zupa pomidorowa z ryżem - 300 ml,</u> <u>Pierogi z serem i owocami z dodatkiem polewy śmietanowo-jogurtowej – 200 g</u> Herbata miętowa – 200 ml alergeny *1, 3, 7, 9	<u>II: Zupa brokułowa – 300 ml</u> <u>II: Zapiekanka makaronowa meksykańska z serem żółtym, wersja wegetariańska – 200 g</u> Herbata owocowa – 200 ml alergeny *1, 3, 6, 7, 9	<u>I: Zupa marchewkowa z ziemniakami rosółowa – 300 ml</u> <u>II: na bulionie warzywnym</u> <u>Ziemniaki – 180 g</u> <u>I: Filet z piersi panierowany – 100 g</u> <u>II: Falafel -100 g</u> <u>Salata masłowa w jogurcie – 140 g</u> Herbata rumiankowa - 200 ml alergeny *1, 3, 7, 9, 11	<u>I: Zupa krupnik - 300 ml</u> <u>II: na bulionie warzywnym</u> <u>Kasza gryczana – 180 g</u> <u>I: Karkówka w sosie własnym – 90 g, 70 ml sos</u> <u>II: Cukinia faszerowana z dipem tysiąca wysp – 100 g, 40 ml dip</u> <u>Ogórek kiszony – 1 szt</u> <u>Napój pomarańczowy – 200 ml</u> alergeny *1, 6, 7, 9,	<u>II: Krem z białych warzyw z dodatkiem oleju z pestek dyni- 300 ml</u> <u>Ziemniaki puree 180 g</u> <u>Kotlet z dorsza -100 g</u> <u>II: Roladka z kalafiora – 100 g</u> <u>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i jabłka – 140 g</u> <u>Kompot gruszkowo-brzoskwiniowy – 200 ml</u> alergeny *1, 3, 4, 7, 9
I: Kości karkowo - schabowe, porcja rosółowa z kurczaka, włoszczyzna, pomidory konserwowe b/ skóry, przecier pomidorowy, ryż, śmietana 12%. II: Wersja wege bez mięsa na bulionie warzywnym, masło, przyprawy. Pierogi: mąka pszenna, jaja, twaróg półtłusty, jagody, truskawki, jabłka, cukier, olej rzepakowy, śmietana 18 % homogenizowana, jogurt naturalny. Herbata miętowa bez cukru.	II: bulion warzywny, włoszczyzna, brokuły, ziemniaki, masło, śmietana 12%, przyprawy. II: Makaron penne pszenny, warzywa meksykańskie, jaja, ser żółty, śmietana 12%, przyprawy, przecier pomidorowy, oliwa. Herbata wieloowocowa.	I: Porcja rosółowa z kurczaka, włoszczyzna, marchew, ziemniaki, przyprawy. II: na bulionie warzywnym z masłem 83%. Ziemniaki. I: Pierś z kurczaka, jaja, bułka tarta, smalec do smażenia, przyprawy. II: ciecierzycy, cebula, czosnek, pieprz cytrynowy, kardamon, kumin, pietruszka. Salata masłowa, jogurt grecki. Herbata rumiankowa bez cukru.	I: Skrzydła z kurczaka, kości karkowo - schabowe, kasza jęczmienna, włoszczyzna, ziemniaki, pietruszka natka, przyprawy, II: na bulionie warzywnym, I: Kasza gryczana, karkówka wieprzowa, przyprawy, cebula, mąka pszenna. II: Cukinia, papryka, soczewica, kasza jaglana, tofu, pomidory suszone, przyprawy. Dip: majonez, musztarda, ketchup, przyprawy. Ogórek kiszony. Syrop pomarańczowy	II: bulion warzywny, kalafior, seler, pietruszka korzeń, ziemniaki, gruszki, olej z pestek dyni, przyprawy. Ziemniaki tłoczone z mlekiem 3,2%. I: Filet z dorsza, jaja, bułka tarta, kasza manna, olej rzepakowy. II: kalafior, słonecznik, koperek, przyprawy. II: Kapusta kiszona, marchew, cytryny, pietruszka natka, olej słonecznikowy, przyprawy. Gruszki, brzoskwinie.

*Alergeny podkreślone w jadłospisie: 1-gluten, 3-jaja, 4-ryby, 6- soja i pochodne, 7-mleko i pochodne, 9-seler, 10-gorczyca, 11- sezam i pochodne.

I - dieta mięsna II – dieta wegetariańska

