

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 01.12.2025 do 05.12.2025 r.	2
Poniedziałek 1.12.2025	2
Śniadanie.....	2
Pierwsze danie:	2
Drugie danie:	3
Wtorek 02.12.2025	4
Śniadanie:.....	4
Gruszka.....	5
Pierwsze danie:	5
Drugie danie:	5
Środa 03.12.2025	6
Śniadanie.....	6
Pierwsze danie:	6
Drugie danie:	7
Czwartek 04.12.2025.....	8
Śniadanie.....	8
Pierwsze danie:	8
Drugie danie:	9
Piątek 05.12.2025	11
Śniadanie:.....	11
Pierwsze danie:	11
Drugie danie:	12
Legenda (objaśnienia):	13

Jadłospis obowiązujący od 01.12.2025 do 05.12.2025 r.

Poniedziałek 1.12.2025

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku, bułka pszenna i pełnoziarnista z masłem i wędliną drobiową, ogórek zielony, kiełki rzodkiewki.

Składniki:

- Płatki owsiane (**gluten owsiany**)
- Bułka pszenna (**gluten pszenny**)
- Bułka pełnoziarnista (**gluten pszenny, żytni, jęczmienny, nasiona sezamu**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Wędlina drobiowa (**mleko i jego pochodne**)
- Ogórek zielony
- Kiełki rzodkiewki

Pierwsze danie:

Zupa krem z czerwonych warzyw z grzankami, prażonymi pestkami dyni i słonecznikiem na żeberkach wieprzowych

Składniki:

- Pomidory, papryka czerwona, marchew, pietruszka, **seler**, ziemniaki, por, natka pietruszki, lubczyk świeży, żeberka wieprzowe, sól, magi natur, vegeta natur (**seler**) , śmietanka 18 % (**mleko i jego pochodne**), liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, pieprz czarny.
- Grzanka pszenna (**gluten pszenny**), Vegeta natur(**seler**), olej rzepakowy.
- Pestki dyni, słonecznik

Shake truskawkowy na bazie jogurtu naturalnego

- Składniki: Jogurt naturalny(**mleko i jego pochodne**), truskawki, cukier.

Drugie danie:

Łazanki z kapustą kiszoną i mięsem wieprzowym

Składniki:

- Makaron (**gluten pszenny**), kapusta kiszona, kapusta biała, szynka wieprzowa, cebula, czosnek, magi natur, vegeta natur (**seler**), olej rzepakowy, sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie.

Kompot z czerwonej porzeczki

Składniki:

- Czarna porzeczka, cukier

Wtorek 02.12.2025

Śniadanie:

Chleb pszenny i orkiszowy z masłem, sałata ,pomidor, gruszka.

Składniki:

- Chleb pszenny (**gluten pszenny i żytni**)
- chleb orkiszowy (**gluten pszenny , żytni, jęczmienny, żytni, mleko i produkty pochodne**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Sałata
- Pomidor

Jajko w majonezie

Składniki:

- **Jajko**
- Majonez (**jajka, gorczyca**)

Kawa Inka na mleku

Składniki:

- Mleko (**mleko i jego pochodne**)
- Kawa Inka (**gluten żytni, jęczmienny**)
- Cukier

Gruszka

Pierwsze danie:

Zupa wielowarzywna na wywarze drobiowym z warzywami

Składniki:

- Kalafior, brokuł, brukselka, marchew, pietruszka, **seler**, por, lubczyk świeży, natka pietruszki, ćwiartki z kurczaka, magi natur, vegeta natur (**seler**), sól, pieprz czarny, pieprz ziołowy, liść laurowy, ziele angielskie.

Drugie danie:

Gulasz wieprzowy z kaszą jęczmienną,

Składniki:

- Szynka wieprzowa, cebula, czosnek, olej rzepakowy, mąka pszenna (**gluten pszenny**), sól, magi natur, vegeta natur (**seler**), pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy

Ogórek kiszony

Kompot jabłkowy

Składniki:

- Jabłka, cukier

Środa 03.12.2025

Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku

Składniki:

- Mleko (**mleko i jego pochodne**)
- Płatki kukurydziane

Bułka pszenna i pełnoziarnista z masłem i dżemem truskawkowym

Składniki:

- Bułka pszenna (**gluten pszenny**)
- Bułka pełnoziarnista (**gluten pszenny, żytni, jęczmienny, nasiona sezamu**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Dżem truskawkowy

Pierwsze danie:

Barszcz ukraiński na wywarze drobiowo-warzywnym

Składniki:

- Buraczki czerwone, kapusta biała, fasolka ,marchew, pietruszka, **seler**, por, lubczyk świeży, natka pietruszki , ćwiartki z kurczaka, ziemniaki, cebula, czosnek, śmietana słodka 18% (**mleko i jego pochodne**), magi natur, vegeta natur (**seler**), sól, pieprz, liść laurowy, majeranek, ziele angielskie.

Kaszka manna na gęsto z sosem wiśniowym

Składniki:

- Mleko (**mleko i jego pochodne**)
- Kasza manna (**gluten pszenny**)
- Wiśnie
- Cukier, cukier waniliowy

Drugie danie:

Ryż z indykiem i warzywami po meksykańsku

Składniki:

- Ryż
- Filet z indykiem, cukinia, cebula, marchewka, **seler**, por, pietruszka, vegeta (**seler**) sól, pieprz, magi natur, liść laurowy, ziele angielskie, olej rzepakowy.

Lemoniada cytrynowo-pomarańczowa

Składniki:

- Pomarańcza, cytryna, cukier

Czwartek 04.12.2025

Śniadanie

Bułka pszenna i pełnoziarnista z masłem i serem żółtym, papryka zielona, rzodkiewka

Składniki:

- Bułka pszenna (**gluten pszenny**)
- Bułka pełnoziarnista (**gluten pszenny, żytni, jęczmienny, nasiona sezamu**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Ser żółty gouda(**mleko i jego pochodne**)
- Papryka zielona, rzodkiewka

Kakao na mleku

Składniki:

- Mleko(**mleko i jego pochodne**)
- Kakao ekstra ciemne

Pomarańcz

Pierwsze danie:

Kapuśniak ze słodkiej kapusty na wywarze z żeberek wieprzowych

Składniki:

- Kapusta biała, marchew, pietruszka, **seler**, ziemniaki, por, lubczyk świeży, natka pietruszki, żeberka, magi natur, vegeta natur (**seler**), sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, cebula.

Kisiel malinowy z jabłkiem

Składniki:

- Maliny
- Jabłka
- Skrobia ziemniaczana
- Cukier

Drugie danie:

Kotlet mielony, ziemniaki puree z koperkiem

Składniki:

- Szyńka wieprzowa
- Łopátka wieprzowa
- **Jajka**
- Bułka tarta (**gluten pszenny**)
- Czosnek, cebula
- olej rzepakowy, pieprz czarny, pieprz ziółowy, sól.

Mizeria z ogórków zielonych ze szczypiorkiem

Składniki:

- Ogórek zielony
- Jogurt naturalny (**mleko i jego pochodne**)
- Szczypiorek
- Sól, pieprz czarny

Kompot z czarnej porzeczki

Składniki:

- Czarna porzeczka, cukier.

Piątek 05.12.2025

Śniadanie:

Zacierka na mleku

Składniki:

- Mleko (**mleko i jego pochodne**)
- **Jajka**
- Mąka pszenna (**gluten pszenny**)
- Cukier, sól

Kanapki z chleba pszennego i dyniowego z masłem i pastą z makreli wędzonej, ogórek kiszony

Składniki:

- Chleb pszenny (**gluten pszenny i żytni**)
- chleb dyniowy (**gluten pszenny, żytni, jęczmienny, owsiany, sezam**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Makrela wędzona, musztarda(**gorczyca**), majonez(**jaja, gorczyca**), sól, pieprz czarny
- Ogórek kiszony

Melon

Pierwsze danie:

Zupa grochowa na wywarze mięsno-warzywnym

Składniki:

- Groch, marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, lubczyk świeży, natka pietruszki, żeberka wieprzowe, magi natur, vegeta natur (**seler**), sól, pieprz czarny, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, czosnek, cebula.

Jabłko

Drugie danie:

Naleśniki z serem i polewą jogurtowo-truskawkową

Składniki:

- Mąka pszenna (**gluten pszenny**),
- Mleko (**mleko i jego pochodne**),
- **Jajko**
- Cukier, Sól
- Twaróg (**mleko i jego pochodne**) , śmietanka 18% słodka(**mleko i jego pochodne**),
cukier, cukier waniliowy,
- Jogurt naturalny(**mleko i jego pochodne**), truskawki
- Olej rzepakowy

Kompot z czerwonej porzeczki

Składniki:

- Czerwona porzeczka, cukier.

Legenda (objaśnienia):

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem

Ilość cukru: 6 g w 220 ml kompotu