

## Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 30.03.2026 do 03.04.2026 r. ....	2
Poniedziałek 30.03.2026 .....	2
Śniadanie .....	2
Pierwsze danie: .....	2
Drugie danie: .....	3
Wtorek 31.03.2026 .....	4
Śniadanie: .....	4
Pierwsze danie: .....	4
Drugie danie: .....	5
Środa 01.04.2026 .....	6
Śniadanie .....	6
Pierwsze danie: .....	6
Drugie danie: .....	6
Czwartek 02.04.2026 .....	8
Śniadanie .....	8
Pierwsze danie: .....	8
Drugie danie: .....	8
Piątek 03.04.2026 .....	10
Śniadanie: .....	10
Pierwsze danie: .....	10
Drugie danie: .....	11
Legenda (objaśnienia): .....	12

---

## Jadłospis obowiązujący od 30.03.2026 do 03.04.2026 r.

### Poniedziałek 30.03.2026

#### Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku, bułka pszenna i żytnia z masłem, wędliną drobiową, ogórek zielony.

Składniki:

- Płatki kukurydziane, mleko (**mleko i jego pochodne**), sól, cukier
- 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

#### Pierwsze danie:

Zupa szczawiowa z jajkiem na bulionie drobiowo-warzywnym.

Składniki:

- Szczaw konserwowy krojony, marchew, cebula, **seler**, ziemniaki, **jajka**, por, natka pietruszki, lubczyk suszony, ćwiartki z kurczaka, sól, magi natur, vegeta natur (**seler**) , śmietanka 18 % (**mleko i jego pochodne**), liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, pieprz czarny.

#### Pomarańcza

## Drugie danie:

Kotlet pożarski, ziemniaki puree z koperkiem, sałata z jogurtem.

Składniki:

- Filet z kurczaka, **jajko**, masło ( **mleko i jego pochodne**), bułka tarta (**gluten pszenny**), sól, pieprz ziółowy, pieprz czarny, olej rzepakowy
- Ziemniaki, śmietana kwaśna (**mleko i jego pochodne**), koper, sól
- Jogurt naturalny (**mleko i jego pochodne**), sałata lodowa, sól, pieprz

## Kompot z owoców leśnych

Składniki:

- Aronia, porzeczka, truskawka, jeżyna, agrest, cukier

---

## Wtorek 31.03.2026

### Śniadanie:

Rogal z masłem i miodem, Kawa Inka na mleku, banan.

Składniki:

- Rogal kruchy (**gluten pszenny, mleko i jego pochodne**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**),
- Miód
- Mleko (**mleko i jego pochodne**)
- Kawa zbożowa (**gluten jęczmienny, żytni**), cukier
- Banan

### Pierwsze danie:

Rosół złocisty z makaronem.

Składniki:

- Kurczak świeży, wołowina, marchew, pietruszka, **seler**, por, lubczyk, natka pietruszki, makaron nitki (**jaja, gluten pszenny**), vegeta natur (**seler**), magi natur, sól, pieprz czarny, liść laurowy, ziele angielskie, cebula.

Maślanka jagodowa.

Składniki:

- Maślanka naturalna (**mleko i jego pochodne**)
- Jagody
- Cukier

## Drugie danie:

Potrawka z indyka, kasza bul gur, surówka z marchewki i jabłka z prażonym słonecznikiem.

Składniki:

- Filet z indyka, kasza bul gur
- Śmietana 18% (**mleko i jego pochodne**), mąka pszenna (**gluten pszenny**)
- Olej rzepakowy, pieprz czarny, pieprz ziołowy, papryka czerwona, sól.
- Marchew, jabłko, słonecznik łuskany.

## Kompot truskawkowo-cytrynowy

Składniki:

- Truskawka, cytryna, cukier.

-----  
**Środa 01.04.2026**

## **Śniadanie**

Owsianka na mleku, bułka pszenna i pełnoziarnista z masłem, pastą twarogową z rzodkiewką i szczypiorkiem.

Składniki:

- Mleko (**mleko i jego pochodne**) płatki owsiane (**gluten pszenny**) cukier, sól
- Bułka pszenna (**gluten pszenny**)
- Bułka żytnia (**gluten pszenny, żytni, jęczmienny, nasiona sezamu**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Twaróg półtłusty (**mleko i jego pochodne**)
- Rzodkiewka
- Szczypiorek

## **Pierwsze danie:**

Zupa brokułowa na wywarze wieprzowo-warzywnym

Składniki:

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

Jabłko

## **Drugie danie:**

Kotlet rybny, ziemniaki puree z koperkiem, surówka z kapusty kiszonej .

Składniki:

- **Morszczuk (ryba)**, bułka tarta (**gluten pszenny**), **jajka** , cebula, natka pietruszki, koperek, pieprz czarny, sól, olej rzepakowy.
- Ziemniaki, śmietana kwaśna (**mleko i jego pochodne**), koperek, sól

- Kapusta kiszona, marchew, cebula, natka pietruszki, oliwa z oliwek, sól, pieprz czarny, cukier.

## Lemoniada pomarańczowa

Składniki:

Pomarańcza, cukier.

---

## Czwartek 02.04.2026

### Śniadanie

Bułka pszenna i żytnia z masłem, jajecznicą na masełku, papryka, kakao na mleku, melon.

Składniki:

- Bułka pszenna (**gluten pszenny**)
- Bułka żytnia (**gluten pszenny, żytni, jęczmienny, nasiona sezamu**)
- **Jajko**, sól, pieprz
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Papryka
- Kakao
- Mleko (**mleko i jego pochodne**)
- Cukier
- Melon

### Pierwsze danie:

Zupa z fasoli szparagowej na wywarze drobiowo-warzywnym, Actimel

Składniki:

- Fasolka szparagowa, ćwiartki z kurczaka, marchew, pietruszka korzeń, **seler**, por, lubczyk, natka pietruszki, magi natur, vegeta natur (**seler**), sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, cebula.
- Actimel (**mleko i jego pochodne**)

### Drugie danie:

Spaghetti bolonese, ogórek zielony

Składniki:

- Łopatka wieprzowa, pomidor, oregano, bazylija, zioła prowansalskie, czosnek, cebula, sól, pieprz ziołowy, pieprz czarny, mąka pszenna (**gluten pszenny**), olej rzepakowy
- Makaron spaghetti (**gluten pszenny**)
- Ogórek zielony

### Kompot jabłkowy

Składniki:

- Jabłko, cukier, cytryna

---

## Piątek 03.04.2026

### Śniadanie:

Chleb pszenny i orkiszowy z masłem, paróweczki z szynki, ser żółty, ketchup, ogórek kiszony, herbata z cytryną.

Składniki:

- Chleb pszenna (**gluten pszenny**)
- Chleb orkiszowy ( **gluten pszenny, żytni, orkisz, jęczmień, mleko** )
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Parówki z szynki
- Ser żółty (**mleko i jego pochodne**).
- Ketchup
- Ogórek kiszony
- Herbata czarna, cytryna, cukier

### Pierwsze danie:

Zupa krem z soczewicy z grzankami na wywarze wieprzowo-warzywnym, prażone pestki z dyni.

Składniki:

- Soczewica , marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, lubczyk, natka pietruszki ,żeberka wieprzowe , magi natur, vegea natur (**seler**), sól, pieprz czarny, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, cebula, czosnek.
- Bułka pszenna (**gluten pszenny**), vegea natur (**seler**), olej rzepakowy
- Pestki dyni

Gruszka

## Drugie danie:

Naleśniki z serem i marmoladą z polewą jogurtowo-truskawkową, marchew do pochrupania.

Składniki:

- Mleko (**mleko i jego pochodne**), mąka pszenna (**gluten pszenny**), **jajka**, cukier, cukier waniliowy, sól, olej rzepakowy.
- Ser biały (**mleko i jego pochodne**), śmietana 18% (**mleko i jego pochodne**), cukier
- Marmolada wielowocowa
- Jogurt naturalny (**mleko i jego pochodne**), truskawki, cukier
- Marchewka

## Kompot wiśniowy

Składniki:

- Wiśnia, cukier.

---

## **Legenda (objaśnienia):**

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

Ilość cukru trzcinowego: 6 g w 220 ml kompotu