

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 06.07.2026 do 10.07.2026 r.	2
Poniedziałek 06.07.2026	2
Śniadanie.....	2
Pierwsze danie:	2
Drugie danie:	3
Wtorek 07.07.2026	4
Śniadanie:.....	4
Pierwsze danie:	4
Drugie danie:	5
Środa 08.07.2026	6
Śniadanie.....	6
Pierwsze danie:	6
Drugie danie:	6
Czwartek 09.07.2026.....	8
Śniadanie.....	8
Pierwsze danie:	8
Drugie danie:	9
Piątek 10.07.2026.....	10
Śniadanie:.....	10
Pierwsze danie:	10
Drugie danie:	11
Legenda (objaśnienia):	12

Jadłospis obowiązujący od 06.07.2026 do 10.07.2026 r.

Poniedziałek 06.07.2026

Śniadanie

Chleb pszenny i dyniowy z masłem, twarożek, herbata z cytryną, rzodkiewka, szczypior, pomarańcza.

Składniki:

- Chleb dyniowy (**gluten pszenny, żytni, jęczmienny, mleko i jego przetwory**)
- Chleb pszenny (**gluten pszenny, żytni**)
- Masło (**mleko i jego przetwory**),
- Twaróg półtłusty(**mleko i jego przetwory**),mleko(**mleko i jego przetwory**), śmietanka 18% słodka (**mleko i jego przetwory**), sól, pieprz
- Rzodkiewka, szczypior
- Herbata czarna, cytryna, cukier.
- Pomarańcza

Pierwsze danie:

Zupa krem z czerwonych warzyw z zacierką i prażonymi pestkami dyni.

Shake czekoladowo-bananowy na bazie jogurtu naturalnego.

Składniki:

- Pomidor, papryka czerwona, marchew, cebula, **seler**, ziemniaki, por, natka pietruszki, sól, magi natur, vegeta natur (**seler**) , pestki dyni, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziółowy, pieprz czarny, papryka czerwona słodka.
- Mąka pszenna (**gluten pszenny**), **jaja**, sól.
- Jogurt naturalny (**mleko i jego przetwory**), banan, kakao ciemne, cukier.

Drugie danie:

Łazanki

Składniki:

- Kapusta kiszona, kapusta biała, makaron (**gluten pszenny**), mięso wieprzowe, cebula, czosnek, pieprz, sól, papryka czerwona mielona.

Kompot truskawkowy

Składniki:

- Truskawki, cukier.

Wtorek 07.07.2026

Śniadanie:

Chleb z masłem, jajko w majonezie, kawa inka na mleku, papryka.

Składniki:

- Mleko(**mleko i jego przetwory**), Kawa Inka(**gluten żytni, jęczmienny**), cukier
- chleb pszenny (**gluten pszenny, żytni**)
- chleb orkiszowy (**gluten pszenny, żytni, orkiszowy, jęczmienny**)
- Masło (**mleko i jego przetwory**)
- **Jaja** , majonez (**jaja, gorczyca**)
- Papryka

Pierwsze danie:

Kalafiorowa,
kasza manna z sosem wiśniowym.

Składniki:

- Kalafior, ziemniaki, marchew, pietruszka, **seler**, por , ćwiartki z kurczaka, natka pietruszki , cebula, magi natur, vegeta natur (**seler**), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, bułka pszenna (**gluten pszenny**) , słonecznik łuskany.
- Mleko (**mleko i jego przetwory**), kasza manna (**gluten pszenny**), wiśnie, cukier, cukier waniliowy.

Drugie danie:

Gulasz z drobiowy, kasza jęczmienna, ogórek kiszony.

Składniki:

- Filet z kurczaka ,cebula, mąka pszenna (**gluten pszenny**), papryka czerwona mielona, sól, pieprz ziółowy, pieprz czarny, olej rzepakowy
- Kasza jęczmienna (**gluten jęczmienny**), sól
- Ogórek kiszony

Kompot jabłkowy

Składniki:

- Jabłko, cytryna, cukier.

Środa 08.07.2026

Śniadanie

Makaronik na mleku, bułka z masłem i wędliną drobiową, ogórek zielony.

Składniki:

- Bułka pszenna (**gluten pszenny**)
- Bułka żytnia(**gluten pszenny, żytni, jęczmienny, nasiona sezamu**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Wędlina drobiowa (**mleko i jego przetwory**)
- Ogórek zielony
- Mleko(**mleko i jego przetwory**), makaronik (**gluten pszenny**), cukier, sól

Pierwsze danie:

Botwinka

Składniki:

Młode buraki z łodyżkami i liśćmi, pietruszka, marchew, **seler**, por, żeberka wieprzowe, natka pietruszki, śmietana 18% (**mleko i jego pochodne**), magi natur, vegea natur (**seler**), czosnek, cebula, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie.

Banan

Drugie danie:

Kotlet schabowy, ziemniaki z koperkiem, pomidory w jogurcie

Składniki:

- Schab wieprzowy, **jaja**, mąka pszenna (**gluten pszenny**), bułka tarta (**gluten pszenny**), sól, pieprz ziółowy, pieprz czarny, olej rzepakowy
- Ziemniaki młode, koperek, masło(**mleko i jego przetwory**), sól
- Pomidory, jogurt naturalny (**mleko i jego przetwory**), sól, pieprz,

Kompot z owoców leśnych

Składniki:

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

Czwartek 09.07.2026

Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku, bułka z masłem i dżemem.

Składniki:

- Mleko (**mleko i jego przetwory**), płatki kukurydziane
- Bułka pszenna (**gluten pszenny**)
- Bułka żytnia (**gluten pszenny, żytni, jęczmienny, nasiona sezamu**)
- Masło (**mleko i jego przetwory**),
- Dżem truskawkowy

Pierwsze danie:

Zupa neapolitańska

Składniki:

- Pomidor, makaronik ryżowy (**gluten pszenny**), marchew, pietruszka korzeń, **seler**, por, ziemniaki, lubczyk, natka pietruszki, ćwiartki drobiowe, koperek, magi natur, vegeta natur (**seler**), sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, cebula,

Jabłko pod pierzynką z budyniem waniliowym.

Składniki:

- Jabłko, masło (**mleko i jego pochodne**), mąka pszenna (**gluten pszenny**), cukier waniliowy, cukier, sól
- Mleko (**mleko i jego pochodne**), **jaja**, mąka ziemniaczana, masło (**mleko i jego pochodne**), cukier.

Drugie danie:

Indyk w sosie curry, ryż, surówka z marchewki z żurawiną i prażonym słonecznikiem

Składniki:

- Filet z indyka ,cebula, mąka pszenna (**gluten pszenny**), papryka czerwona mielona, curry, sól, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy
- Ryż paraboliczny, sól
- Marchewka, żurawina suszona, słonecznik łuskany, cytryna, cukier, sól, śmietanka 18% słodka(**mleko i jego pochodne**)

Kompot porzeczkowy

Składniki:

- Porzeczka, cukier.

Piątek 10.07.2026

Śniadanie:

- Chleb z masłem i pasztetem drobiowym, pomidor, kawa inka na mleku
- Składniki:
- chleb pszenny (**gluten pszenny, żytni**)
- chleb dyniowy (**gluten pszenny, żytni, jęczmienny, owsiany, nasiona sezamu**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Filet z kurczaka, musztarda (**gorczyca**), majonez (**jaja, gorczyca**), sól, pieprz, czosnek
- pomidor
- Mleko (**mleko i jego pochodne**), kawa Inka (**gluten żytni, jęczmienny**), cukier

Pierwsze danie:

Szczawiowa

Składniki:

- Szczaw, marchew, pietruszka korzeń, **seler**, por, ziemniaki, lubczyk, natka pietruszki, żeberka, **jaja**, koperek, magi natur, vegeta natur (**seler**), sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, cebula,

Drugie danie:

Pulpeciki rybny w sosie greckim, ziemniaki .

Składniki:

- **Ryba, jaja** , cebula, natka pietruszki, sól, pieprz.
- marchew, pietruszka korzeń, **seler**, por, olej rzepakowy.
- Ziemniaki, sól, masło (**mleko i jego pochodne**) , koper.

Lemoniada pomarańczowa

Składniki:

- Pomarańcz, cukier.

Legenda (objaśnienia):

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

Ilość cukru trzcinowego: 6 g w 220 ml kompotu