



Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

27.10.2025 Poniedziałek

Śniadanie

Śniadanie II

Jabłko

Baton musli z suszonymi śliwkami i cynamonem

Składniki: **jaja** kurze całe, śliwki bez pestek, suszone, płatki **owsiane**, **orzechy włoskie**, olej rzepakowy, miód pszczeli, słonecznik, nasiona, dynia, pestki, łuskane, cynamon

Obiad

Zupa krem z dyni

Składniki: woda, dynia, ziemniaki, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, chleb **pszemno-żytni**, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Łazanki z białą i kiszoną kapustą

Składniki: kapusta kiszona, kapusta biała, makaron **pszenny**, bezglutenowy, cebula, kielbasa śląska, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanek owocowa, mrożona

28.10.2025 Wtorek

Śniadanie

Kawa zbożowa na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)

Chleb **pszemno-żytni**

Masło ekstra (z **mleka**)

Twaróg ze śmietaną , rzodkiewką i szczypiorkiem

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), śmietana 18% (z **mleka**), rzodkiewka, szczypiorek

Salata lodowa

Śniadanie II

Pomarańcza

Wafle kukurydziane

Obiad

Rosół drobiowy z lanymi kluskami

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, makaron bezglutenowy z semoliny (**pszemnica**), mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kurczak po chińsku z curry

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, woda, mieszanek warzywna do potraw (p. bezglutenowy), marchew, por, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, papryka czerwona, fasola szparagowa, olej rzepakowy, fasola czerwona, konserwowa, bez zalewy, koncentrat pomidorowy, 30%, skrobia ziemniaczana, natka pietruszki, sól biała, pieprz, curry

Ziemniaki

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

Jadłospis 27.10.2025 - 31.10.2025

29.10.2025 Środa

Śniadanie

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Chleb **pszemny**

Masło ekstra (z **mleka**)

Szynka z piersi kurczaka

Papryka żółta

Ogórek

Śniadanie II

Słodka bułka Trojak

Składniki: margaryna miękka, 45% tłuszczu, z witaminami a i d, mąka **pszemna**, typ 450, **mleko** krowie uht, 3,2% tłuszczu, drożdże piekarskie, prasowane, cukier

Mleko krowie, 3,2% tłuszczu

Obiad

Barszcz czerwony z fasolą

Składniki: woda, ziemniaki, burak, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, cebula, śmietana 18% (z **mleka**), por, koncentrat barszczu czerwonego (**seler**), koperek, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, majeranek

Pierogi z białym serem, ziemniakami i cebulką

Składniki: mąka **pszemna**, typ 450, ziemniaki, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), cebula, masło ekstra (z **mleka**), **jaja** kurze całe, sól biała

Kompot śliwkowy

Składniki: woda, śliwki, cukier

30.10.2025 Czwartek

Śniadanie

Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, płatki kukurydziane

Herbata

Chleb pełnoziarnisty z **żyta**

Masło ekstra (z **mleka**)

Pasztet drobiowo- wieprzowy (**pszemnica**, **soja**, **seler**)

Rzodkiewka

Pomidor

Śniadanie II

Banan

Deser **mleczny**, ryżowo-jabłkowy

Obiad

Zupa brokułowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, czosnek, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Filet z miruny panierowany

Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszemnica**), mąka **pszemna**, typ 450

Ziemniaki

Surówka z kiszonej kapusty i marchewki

Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy

Kompot owocowy bez cukru

Składniki: woda, mieszanek owocowa, mrożona

31.10.2025 Piątek

Śniadanie

Kakao z mlekiem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, cukier, kakao 16%, proszek

Chleb **pszemny** zwykły

Masło ekstra (z **mleka**)

Jajecznica z kielbaską i cebulką

Składniki: **jaja** kurze całe, kielbasa śląska, masło ekstra (z **mleka**), cebula

Ogórek

Śniadanie II

Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu (z **mleka**)

Mandarynki

Obiad

Zupa ryżowa na wywarze drobiowym z koperkiem

Składniki: woda, kurczak, tuszka, ryż biały, marchew, por, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń

Zapiekanka z pieczarkami , żółtym serem i szynką

Składniki: **pszemna** bułka, pieczarki świeże, szynka konserwowa, ser gouda tłusty (z **mleka**), czosnek, natka pietruszki, pieprz, papryka słodka, sól biała

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

Kolacja

Herbata miętowa

Chleb pełnoziarnisty z żyta

Masło ekstra (z mleka)

Szynka z piersi kurczaka

Ser gouda tłusty (z mleka)

Ogórek kiszony

Kolacja

Herbata malinowa

Chleb pszenny

Masło ekstra (z mleka)

Kiełbasa podwawelska

Salatka gyros

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, kapusta pekińska, majonez (jajka gorczyca), cebula, papryka czerwona, keczup, ogórki konserwowe (gorczyca), kukurydza, konserwowa, olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Dżem malinowy, niskosłodzony

Potrawy są przygotowywane w piecu konwekcyjno - parowym

Kolacja

Herbata z miodem

Składniki: woda, cukier, miód sztuczny, herbata czarna

Pasta jajeczna ze szczypiorkiem

Składniki: jaja kurze całe, majonez (jajka gorczyca), szczypiorek

Pomidor z mozzarellą

Składniki: pomidor, ser mozzarella (z mleka), oliwa, bazylia świeża, sól biała, pieprz

Jabłko

Kolacja

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Chleb pszenno-żytni

Kiełbasa śląska

Kecup

Salatka grecka

Składniki: ogórek, sałata lodowa, papryka czerwona, papryka żółta, papryka zielona, pomidorki koktajlowe, ser typu "feta" (z mleka), oliwki czarne, marynowane, konserwowe, olej rzepakowy, cebula czerwona, cytryna, sól biała, pieprz

Konfitura truskawkowa

Kolacja

