



09.03.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Śniadanie II

Bułka z budyńniem

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

Mleko krowie, 3,2% tłuszczu

Obiad

Zupa fasolowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, marchew, boczek wędzony bez kości, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, żeberka wieprzowe wędzone, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron z sosem serowo - szpinakowym

Składniki: makaron **pszenny** bezglutenowy, szpinak, mrożony, boczek wędzony bez kości, cebula, ser topiony, edamski (z **mleka**), śmietanka 30% (z **mleka**)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona

10.03.2026 Wtorek

Śniadanie

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Chleb pszemno-żytni

Masło ekstra (z **mleka**)

Przystawka z parówek i warzyw

Składniki: parówka z kurczaka 100%, kukurydza, konserwowa, marchew, fasolka szparagowa i kalafior, mrożone, koncentrat pomidorowy, 30%

Dżem malinowy, niskosłodzony

Śniadanie II

Mandarynki

Baton musli z figami i orzechami

Składniki: **jaja** kurze całe, płatki **owsiane**, figi, suszone, **orzechy włoskie**, olej rzepakowy, **migdały**, miód pszczeli, kakao 16%, proszek

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronem

Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, makaron **pszenny** bezglutenowy, śmietana 12% (z **mleka**), skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kurczak po chińsku z curry

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, woda, mieszanka 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

Ryż biały

Salata lodowa z rzodkiewką, ogórkiem zielonym i jogurtem naturalnym

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), salata, rzodkiewka, ogórek

Kompot śliwkowy

Składniki: woda, śliwki

Jadłospis 09.03.2026 - 13.03.2026

11.03.2026 Środa

Śniadanie

Kawa zbożowa (żyto, jęczmień)

Chleb pełnoziarnisty z żyta

Masło ekstra (z **mleka**)

Pasztet drobiowy

Składniki: marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, mięso z udźca indyka, bez skóry, cebula, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, olej rzepakowy

Rzodkiewka

Ogórek

Konfitura truskawkowa

Śniadanie II

Bułka z masłem, wedliną i pomidorem

Składniki: bułki **pszenne** grahamki, pomidor, szynka konserwowa, masło ekstra (z **mleka**)

Obiad

Zupa kalafiorowa

Składniki: woda, kalafior, marchew, pietruszka, korzeń, ziemniaki, **seler** korzeniowy, mięso z ud kurczaka, bez skóry, śmietana 18% (z **mleka**), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kotlet mielony wieprzowy

Składniki: wieprzowina łopatką, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, cebula, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe, sól biała, pieprz

Ziemniaki

Salatka z buraczków

Składniki: burak, cebula, olej rzepakowy, cytryna, sól biała, pieprz

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone

12.03.2026 Czwartek

Śniadanie

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Chleb pszenny

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

Deser mleczny, ryżowo-waniliowy

Jabłko

Obiad

Zupa pieczarkowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, pieczarki świeże, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, udo z kurczaka, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pampuchy

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), żółtko **jaja** kurzego, cukier, drożdże piekarskie, prasowane, sól biała

Polewa truskawkowa

Składniki: truskawki, mrożone, jogurt grecki (z **mleka**), cukier trzcinowy

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona

13.03.2026 Piątek

Śniadanie

Herbata owoce lasu

Chleb pszemno-żytni, słonecznikowy

Masło ekstra (z **mleka**)

Jajko gotowane z majonezem

Składniki: **jaja** kurze całe, majonez (**jajka**, **gorczyca**), pieprz

Ogórek

Pomidor

Salata lodowa

Śniadanie II

Serek homogenizowany, truskawkowy (z **mleka**)

Wafle ryżowe

Obiad

Zupa krem z warzyw mieszanych z groszkiem ptysiowym

Składniki: woda, ziemniaki, kalafior, **seler** korzeniowy, groszek ptysiowy (**pszenica**), marchew, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, por, natka pietruszki

Krokiety z pieczarkami i kapustą kiszoną (pszenica, jajka, mleko)

Kompot śliwkowy

Składniki: woda, śliwki

Kolacja

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Chleb pełnoziarnisty z żyta

Masło ekstra (z mleka)

Szynka konserwowa

Ogórek kiszony

Sałata lodowa

Powidła śliwkowe

Kolacja

Herbata miętowa

Chleb pszenny zwykły

Masło ekstra (z mleka)

Schab pieczony

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, olej rzepakowy

Pomidor

Serek śmietankowy (z mleka)

Potrawy przygotowywane są

w piecu konwekcyjno - parowym

Kolacja

Herbata truskawkowa

Chleb pszenno-żytni, słonecznikowy

Masło ekstra (z mleka)

Kiełbasa śląska na gorąco

Ketchup

Papryka czerwona

Serek topiony

Dżem truskawkowy, niskosłodzony

Kolacja

Herbata malinowa

Chleb pszenno-żytni

Masło ekstra (z mleka)

Sałatka makaronowa z warzywami

Składniki: makaron pszenny dwujajeczny, szynka konserwowa, jaja kurze całe, papryka czerwona, kukurydza, konserwowa, majonez (jajka, gorczyca), por

Serek wiejski (z mleka)

Kolacja

