



21.09.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Śniadanie II

Jogurt Danio (z mleka)

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Obiad

Zupa grochowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, ziemniaki, groch, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony

Racuchy drożdżowe z dżemem i cukrem pudrem

Składniki: mąka pszenna, typ 450, mleko krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, jaja kurze całe, cukier, drożdże piekarskie, prasowane

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona

22.09.2026 Wtorek

Śniadanie

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Chleb pszenny

Masło ekstra (z mleka)

Twaróg, tuńczyk, ogórek kiszony, szczypiorek

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), tuńczyk w sosie własnym (ryba), ogórek kiszony, szczypiorek

Salata lodowa

Śniadanie II

Bułka grahamka z serem żółtym i pomidorem

Składniki: bułki pszenne grahamki, ser gouda tłusty (z mleka), pomidor, masło ekstra (z mleka)

Obiad

Zupa barszcz biały

Składniki: woda, kielbasa biała parzona, ziemniaki, zakwas na żurek (żyto), marchew, śmietana 18% (z mleka), pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, agrest

Spaghetti z mięsem wieprzowym i sosie warzynno- pomidorowym

Składniki: makaron pszenny bezjajeczny, wieprzowina łopatką, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, ser gouda tłusty (z mleka), olej rzepakowy

Kompot śliwkowy

Składniki: woda, śliwki

Jadłospis 21.09.2026 - 25.09.2026

23.09.2026 Środa

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną

Składniki: mleko krowie, 3,2% tłuszczu, kasza manna (pszenica)

Herbata

Chleb pszenno-żytni

Masło ekstra (z mleka)

Pasta jajeczna i pory

Składniki: jaja kurze całe, por, margaryna miękka, 45% tłuszczu, z witaminami a i d

Pomidor

Śniadanie II

Wafle ryżowe

Jabłko

Obiad

Zupa meksykańska

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, wołowina szponder, papryka kolorowa, mrożona, koncentrat pomidorowy, 30%, seler korzeniowy, kukurydza, konserwowa, por, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, majeranek, papryka słodka, 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

Sos z mango i jogurtem greckim

Składniki: mango, cukier, cytryna

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone

24.09.2026 Czwartek

Śniadanie

Kawa zbożowa z mlekiem

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

Chleb pszenny graham

Masło ekstra (z mleka)

Parówki z kurczaka (pszenica, jaja, soja, mleko, orzechy, seler, gorczyca, sezam)

Kecup

Ogórek

Papryka czerwona

Śniadanie II

Bułka Trojak

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

Mleko krowie, 3,2% tłuszczu

Mus owocowy

Obiad

Kapuśniak z kiszonej kapusty z soczewicą na wywarze warzywnym

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta biała, marchew, soczewica czerwona, nasiona suche, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, natka pietruszki, koncentrat pomidorowy, 30%, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Schab opiekany w sosie własnym

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, cebula, śmietana 18% (z mleka), olej rzepakowy, mąka pszena, typ 450, czosnek, sól biała, pieprz, majeranek, papryka słodka

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Surówka z selera

Składniki: seler korzeniowy, śmietana 18% (z mleka), rodzyunki, suszone

Kompot wieloowocowy

Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone

25.09.2026 Piątek

Śniadanie

Kakao

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

Chleb pszenny zwykły

Masło ekstra (z mleka)

Serek topiony Hochland (z mleka)

Salata lodowa

Rzodkiewka

Śniadanie II

Gruszka

Baton musli z żurawiną i migdałami

Składniki: jaja kurze całe, płatki owsiane, żurawina suszona, migdały, olej rzepakowy, miód pszczeli, siemię lniane

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem

Składniki: woda, passata pomidorowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, marchew, ryż biały, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, śmietana 18% (z mleka), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Filet z miruny panierowany

Składniki: filet z miruny mrożonej (ryba), olej rzepakowy, bułka tarta (pszenica), mleko krowie, 2% tłuszczu, mąka pszena, typ 450, jaja kurze całe, sól biała, pieprz

Ziemniaki

Salatka z ogórków kiszonych, marchewki i cebulki

Składniki: ogórek kiszony, marchew, cebula, olej rzepakowy

Kompot z owoców mieszanych

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona

Kolacja

Herbata miętowa

Chleb wieloziarnisty

Masło ekstra (z mleka)

Kiełbasa na gorąco

Składniki: woda, kiełbasa śląska

Ketchup

Salatka grecka

Składniki: pomidor, ogórek, lodowa sałata, papryka czerwona, ser typu "feta" (z mleka), koperek, oliwa

Jabłka suszone

Kolacja

Herbata malinowa

Chleb pszenno-żytni, słonecznikowy

Masło ekstra (z mleka)

Pasztet z suszonymi pomidorami

(pszenica, soja, seler)

Salatka brokułowa z czosnkowym sosem

Składniki: brokuły, makaron pszenny bezjajeczny, jaja kurze całe, ser typu "feta" (z mleka), majonez (jaja, gorczyca), jogurt grecki (z mleka), śmietana 18% (z mleka), czosnek, słonecznik, nasiona, sól biała, pieprz

Jajko gotowane

Składniki: jaja kurze całe

Kolacja

Herbata czarna z miodem

Składniki: woda, miód, cukier, herbata czarna

Chleb pełnoziarnisty z żyta

Masło ekstra (z mleka)

Salatka z tortellini

Składniki: makaron tortellini (pszenica, jaja, mleko), ser gouda tłusty (z mleka), szynka konserwowa, papryka czerwona, ogórek, pomidor, jaja kurze całe, majonez (jaja, gorczyca), kukurydza, konserwowa

Serek śmietankowy (z mleka)

Kolacja

Herbata zielona

Chleb wieloziarnisty

Masło ekstra (z mleka)

Kiełbasa podwawelska

Serek ziołowy (z mleka)

Pomidor

Rukola

Potrawy przygotowywane są w piecu

konwekcyjno - parowym

Kolacja