

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 24.11.2025 do 28.11.2025 r.	2
Poniedziałek 24.11.2025	2
Śniadanie	2
Pierwsze danie:	3
Drugie danie:	3
Wtorek 25.11.2025	4
Śniadanie:	4
Pierwsze danie:	5
Drugie danie:	5
Środa 26.11.2025	6
Śniadanie:	6
Pierwsze danie:	7
Drugie danie:	7
Czwartek 27.11.2025	8
Śniadanie	8
Pierwsze danie:	9
Drugie danie:	9
Piątek 28.11.2025	10
Śniadanie:	10
Pierwsze danie:	11
Drugie danie:	11
Legenda (objaśnienia):	12

Jadłospis obowiązujący od 24.11.2025 do 28.11.2025 r.

Poniedziałek 24.11.2025

Śniadanie

Kasza jaglana na mleku

Składniki:

- Kasza jaglana, **mleko**

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pasztet pieczonym, ogórkiem kiszonym i zieleniną

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Pasztet pieczony (**jajka, gluten pszenny**)
- ogórek kiszony, szczypiorek, koperek i zielona pietruszka

Herbata czarna z cytryną i miodem

Składniki:

- Herbata czarna, cytryna, miód

Mandarynka

Pierwsze danie:

Zupa selerowa krem na maśle klarowanym z francuskimi grissini z ciasta francuskiego

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, śmietana (**mleko i jego pochodne**), masło klarowane (**mleko i jego pochodne**), ziele angielskie, sól, pieprz, czosnek świeży, cebulka, liść laurowy, ciasto francuskie (**gluten pszenny, jajka**), oliwa, zioła prowansalskie

Jabłko

Drugie danie:

Makaron spaghetti z sosem bolognese i serem mozzarella

Składniki:

- Makaron spaghetti (**gluten pszenny, jajka**), ser mozzarella (**mleko i jego pochodne**), pomidory, łopatką wieprzowa mielona, mąka tortowa (**gluten pszenny**), bazylia, sól, czosnek świeży, pieprz, papryka czerwona sypka

Lemoniada

Składniki:

- Cytryna, miód

Wtorek 25.11.2025

Śniadanie:

Płatki kukurydziane na mleku

Składniki:

- mleko (**mleko**), płatki kukurydziane

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pastą z serka śmietankowego i tuńczyka, rzodkiewką i zieleniną

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- tuńczyk (**ryby**)
- serek śmietankowy (**mleko i jego pochodne**)
- Rzodkiewka, koperek, szczypior, zielona pietruszka
- Sól himalajska, pieprz

Herbata z malinowa

Składniki:

- Herbata zwykła i malinowa, miód, cytryna

Jabłko

Pierwsze danie:

Zupa z fasolki szparagowej z kaszą jęczmienną

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, żeberka, fasolka szparagowa, kasza jęczmienna (**gluten jęczmienny**), ziele angielskie, liść laurowy, kucharek naturalny, pieprz ziółowy, koperek świeży.

Deserek z nasionami chia i musem malinowym

Składniki:

- Jogurt naturalny (**mleko i jego pochodne**) , nasiona chia, truskawki, cukier, galaretka truskawkowa

Drugie danie:

Pieczeń rzymska z marchewką. Ziemniaki puree. Mix sałat i ogórek zielony ze śmietaną

Składniki:

- Łopatka mielona, bułka tarta i bułka pszenna (**gluten pszenny**), marchewka, **jajka**, cebulka, czosnek świeży, olej, sól, pieprz, ziemniaki, masło (**mleko i jego pochodne**), mix sałat, ogórek zielony, śmietana 18% kwaśna (**mleko i jego pochodne**), ocet jabłkowy, miód.

Kompot owocowy

Składniki:

- Śliwka, gruszka, jabłko, cukier

Środa 26.11.2025

Śniadanie:

Kakao na mleku

Składniki:

- mleko (**mleko**), kakao, cukier

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem. Stół szwedzki

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Szynka pieczona, kiełbaska żywiecka, kabanosy drobiowe
- **Jajka**
- Ser żółty królewski (**mleko i jego pochodne**)
- serek śmietankowy kanapkowy (**mleko i jego pochodne**)
- pomidory koktajlowe, ogórek zielony, papryka kolorowa, rukola, szczypiorek

Herbata z poziomkowa

Składniki:

- Herbata zwykła i poziomkowa, miód, cytryna

Pierwsze danie:

Zupa wiejska z makaronem i ziemniakami

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, żeberka, fasolka szparagowa, kalafior, ziemniaki, makaron (**gluten pszenny, jajka**), śmietana 18% (**mleko i jego pochodne**), ziele angielskie, liść laurowy, kucharek naturalny, świeża zielona pietruszka.

Budyń śmietankowy z musem jagodowym

Składniki:

- mleko (**mleko i jego pochodne**) , mąka ziemniaczana, jagody, cukier trzcinowy

Drugie danie:

Pierogi leniwe z masłem i cynamonem. Sur. z marchewki i ananasa z orzechami włoskimi

Składniki:

- Ziemniaki, mąka tortowa (**gluten pszenny**), mąka ziemniaczana, **jajka**, olej, twaróg (**mleko i jego pochodne**), masło (**mleko i jego pochodne**), cukier, cukier wanilinowy, cynamon, marchew, ananas, orzechy włoskie (**orzechy**), miód, oliwa z oliwek .

Kompot jabłkowy

Składniki:

- Jabłka, cukier

Czwartek 27.11.2025

Śniadanie

Płatki orkiszowe na mleku

Składniki:

- Płatki orkiszowe (**gluten orkiszowy**), mleko (**mleko**)

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pastą z makreli, ogórkiem kiszonym i szczypiorkiem

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenno, żytnie**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- makrela (**ryby**)
- majonez (**jajka, gorczyca**)
- musztarda (**gorczyca**)
- ogórek kiszony, szczypiorek

Herbata owocowa - ziołowa

Składniki:

- Herbata zwykła, melisa z jabłkiem, cytryna, miód

Grapefruit

Pierwsze danie:

Zupa ziemniaczana

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, kurczak, ziemniaki, śmietana 18% (**mleko i jego pochodne**), sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, lubczyk.

Bruschetta

Składniki:

- Chleb tostowy (**gluten pszenny**), pomidor, ser mozzarella (**mleko i jego pochodne**), oliwa z oliwek, oregano i bazylia

Drugie danie:

Przysmak drobiowy z warzywami. Makaron kolanka

Składniki:

- Filet z indyka, naturalna przyprawa do mięsa drobiowego, groszek cukrowy, kukurydza, papryka czerwona i żółta, cukinia, fasolka czerwona, brokuł, mąka ziemniaczana, śmietana (**mleko i jego pochodne**), makaron kolanka (**gluten pszenny, jajka**), sól

Kompot gruszkowy

Składniki:

- gruszka, cukier trzcinowy,

Piątek 28.11.2025

Śniadanie:

Bawarka

Składniki:

- **mleko**, herbata czarna, cukier

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pastą mięsną, pomidorem i prażonymi pestkami słonecznika

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Mielona kielbasa królewska
- Pomidor, prażone pestki słonecznika,
- Majonez (**jajka, gorczyca**)
- Musztarda (**gorczyca**)
- pieprz

Herbata miętowa z cytryną

Składniki:

- Herbata zwykła, miętowa, miód, cytryna

Pierwsze danie:

Zupa gulaszowa z ziemniakami

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, karkówka, kukurydza, pomidory, cebulka, czosnek świeży, olej, wegeta naturalna, pieprz, świeża zielona pietruszka.

Sok ze świeżo wyciskanych owoców i warzyw

Składniki:

- Jabłko, marchew, jarmuż

Drugie danie:

Ryż z jabłkami zapiekany pod pierzynką

Składniki:

- Ryż, masło (**mleko i jego pochodne**) jabłka, cukier, cukier wanilinowy, cynamon, białka jajek (**jajka**) .

Kalarepa do chrupania

Kompot z rabarbaru

Składniki:

- Rabarbar, cukier trzcinowy

Legenda (objaśnienia):

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

Ilość cukru trzcinowego: 6 g w 220 ml kompotu