

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 15.06.2026 do 19.06.2026 r.	2
Poniedziałek 15.06.2026	2
Śniadanie	2
Pierwsze danie:	2
Drugie danie:	3
Wtorek 16.06.2026	4
Śniadanie:	4
Pierwsze danie:	4
Drugie danie:	5
Środa 17.06.2026	6
Śniadanie	6
Pierwsze danie:	6
Drugie danie:	7
Czwartek 18.06.2026	8
Śniadanie	8
Pierwsze danie:	9
Drugie danie:	9
Piątek 19.05.2026	10
Śniadanie:	10
Pierwsze danie:	11
Drugie danie:	11
Legenda (objaśnienia):	12

Jadłospis obowiązujący od 15.06.2026 do 19.06.2026 r.

Poniedziałek 15.06.2026

Śniadanie

Płatki kukurydziane na mleku

Składniki:

- **mleko** , płatki kukurydziane

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pasztetem pieczonym, pomidorem i zieleniną

Składniki:

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

Herbata czarna z cytryną i miodem

Składniki:

- Herbata czarna, cytryna, miód

Pierwsze danie:

Zupa selerowa krem z groszkami ptysiowymi

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, masło klarowane (**mleko i jego pochodne**), ziemniaki, śmietana (**mleko i jego pochodne**), cebula, czosnek świeży, wegeta naturalna , groszki ptysiowe (**gluten pszenny, jajka**).

Jabłko

Drugie danie:

Bułeczki na parze z sosem truskawkowo – jogurtowym .

Składniki:

- Bułeczki (**gluten pszenny, jajka**), jogurt naturalny (**mleko i jego pochodne**), truskawki, miód

Kompot owocowy

Składniki:

- Jabłko, śliwka, truskawka, cukier

Marchew do chrupania

Wtorek 16.06.2026

Śniadanie:

Kakao na mleku

Składniki:

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

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pastą z twarogu śmietankowego i szynki, papryką kolorową i szczypiorkiem

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Twaróg śmietankowy (**mleko i jego pochodne**)
- Szynka pieczona
- papryka kolorowa, szczypiorek

Herbata z truskawkowa

Składniki:

- Herbata zwykła i truskawkowa, miód, cytryna

Pierwsze danie:

Zupa jarzynowa z ziemniakami

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, kalafior, zielona fasolka, ziemniaki, kurczak, śmietana (**mleko i jego pochodne**), czosnek świeży, sól, pieprz, wegeta naturalna, lubczyk, koperek świeży

Nektarynka

Drugie danie:

Kulki mięsne w ziołach prowansalskich w sosie musztardowym. Kasza jęczmienna.
Ogórek małosolny

Składniki:

- Łopatką mieloną, **jajka**, bułka tarta i pszenna (**gluten pszenny**), olej, sól, pieprz, cebulka, mąka tortowa (**gluten pszenny**), śmietana (**mleko i jego pochodne**), zioła prowansalskie, musztarda (**gorczyca**). Kasza jęczmienna (**gluten jęczmienny**). Ogórek małosolny.

Kompot owocowy

Składniki:

- Porzeczka czerwona, jabłko, cukier

Środa 17.06.2026

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku

Składniki:

- mleko (**mleko**) , płatki owsiane (**gluten owsiany**)

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, szynką wiejską, sałatą mix, rzodkiewką i szczypiorkiem

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Szynka wiejska
- Sałata mix, rzodkiewka, szczypiorek

Herbata cytrynowo - ziołowa

Składniki:

- Herbata zwykła, melisa, miód, cytryna

Banan

Pierwsze danie:

Zupa brokułowa z kawałkami mięsa i kaszą jaglaną

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, brokuł kasza jaglana (**gluten pszenny**), karkówka, czosnek świeży, sól, pieprz, wegeta naturalna, lubczyk, koperek świeży

Wafle ryżowe

Drugie danie:

Jajko sadzone. Ziemniaki z koperkiem. Mizeria .

Składniki:

- **Jajka**. Ziemniaki, koperek, sól. Ogórek zielony, jogurt naturalny (**mleko i jego pochodne**), śmietana 18% (**mleko i jego pochodne**), sól, pieprz.

Kompot owocowy

Składniki:

- Jabłka, truskawka, porzeczka czarna, cukier

Czwartek 18.06.2026

Śniadanie

Mleko

Składniki:

- mleko (**mleko**)

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem. Bulka trójka z masłem i dżemem malinowym

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Bułka trójka (**gluten pszenny, mleko i jego pochodne**)
- Dżem malinowy

Herbata owocowa - ziołowa

Składniki:

- Herbata zwykła, melisa z pomarańczą, cytryna, miód

Półmisek warzywny do chrupania

Składniki:

- Marchew, ogórek zielony

Pierwsze danie:

Zupa kalafiorowa z makaronem ryżowym

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, kalafior, kurczak, makaron ryżowy (**gluten pszeniczny, jajka**), śmietana (**mleko i jego pochodne**), kucharek naturalny, lubczyk, zielona pietruszka.

Truskawki

Drugie danie:

Kotlet mielony. Ziemniaki młode z koperkiem. Pomidory ze śmietaną i jogurtem naturalnym.

Składniki:

- Łopatką mieloną, **jajka**, bułka tarta i pszenna (**gluten pszeniczny**), olej, sól, pieprz, czosnek granulowany, papryka czerwona słodka sypka. Ziemniaki, koperek. Pomidory, jogurt naturalny (**mleko i jego pochodne**), śmietana 18% (**mleko i jego pochodne**), sól, pieprz, cebulka, szczypiorek.

Kompot jabłkowy

Składniki:

- jabłka, cukier

Piątek 19.05.2026

Śniadanie:

Płatki miodowe na mleku

Składniki:

- **mleko**, płatki miodowe (**gluten pszenny**)

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pastą hummus, pomidorem, pestkami słonecznika i zieleniną.

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Hummus (**nasiona sezamu**)
- Słonecznik łuskany
- pomidor, szczypiorek, zielona pietruszka, koperek

Herbata rumiankowa

Składniki:

- Herbata zwykła, rumianek, miód, cytryny

Jabłko

Pierwsze danie:

Zupa wiosenna z ryżem i kulkami mięsnymi

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, kalafior, zielona fasolka, ryż, łopatka mielona, **jajka**, bułka tarta (**gluten pszenny**), ziele angielskie, liść laurowy, wegeta naturalna, zielona pietruszka

Arbuz

Drugie danie:

Bliny rybne. Ziemniaki z koperkiem. Mix sałat, ogórek zielony, rzodkiewka ze śmietaną i jogurtem naturalnym .

Składniki:

- Miruna (**ryby**), **jajka**, bułka tarta (**gluten pszenny**), ketchup, musztarda (**gorczyca**), cebulka, naturalna przyprawa do ryb, olej. Ziemniaki, koperek. Sałata, sałata lodowa, rzodkiewka, ogórek zielony, jogurt naturalny (**mleko i jego pochodne**), śmietana 18% (**mleko i jego pochodne**), sól, pieprz.

Kompot owocowy

Składniki:

- Truskawka, porzeczka czarna, jabłko, śliwka, cukier

Legenda (objaśnienia):

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

Ilość cukru trzcinowego: 6 g w 220 ml kompotu