

Jadłospis

Planowany od 04.05.2026 do 31.05.2026r

/ kolejność dni posiłków może ulec zmianie /

do posiłków podajemy: **Wodę** (butelkowaną),

niskosłodzone: herbatki owocowe i miętowe, rumianek

	Śniadanie	Obiad	Podwieczerek
04.05. Poniedziałek	Płatki owsiane na mleku (230ml), chleb (35g), masło(5g), szynka wiejska(25g), sałata(3g) papryka(15g). II-Kiwi(1szt.)	Zupa z soczewicy(200ml), racuchy z jabłuszkiem(2szt.), surówka z marchewki(100g). Herbata owocowa(200ml).	Kajzerka z masłem(17g), pasta z tuńczyka z dymką(10g). Mięta(150ml)
ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 4. Ryba, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam			
05.05. Wtorek zielone śniadanie	Kawa zbożowa na mleku(200ml), bułka(15g) z masłem(5g), polędwica drobiowa(25g), chleb(17g) z masłem(5g), jajko(15g), sałata(3g), papryką(15g) i rzodkiewka(15g). II-Pomarańcze(1/2szt.)	Zupa ogórkowa z ryżem(200g), zapiekanka ziemniaczana z szynką i warzywami(260g), surówka z białej kapusty(150g). Napój z pomarańczy i miodu(200ml).	Kakao(150ml), chałka(35g) z masłem(5g). Jabłko(1/4szt)
ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam			
06.05. Środa	Kasza manna na mleku(230ml), chleb(35g) z masłem(5g), schab pieczony-wyrób własny((30g), ogórek świeży(20g), papryka(20g). II-Marchewka (20g), kalarepa (20g)	Zupa zacierkowa z zieleniną(200ml), ziemniaki z koperkiem(150g), sztuka mięsa w sosie własnym(80g), brukselka gotowana(100g). Kompot(200ml).	Zapiekanka z mozzarellą i pomidorkami koktajlowymi(50g). Jabłko(1/4szt)
ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam			
07.05. Czwartek	Płatki jęczmienne na mleku(230ml), chleb(35g) z masłem(5g), pasztet pieczony drobiowy(30g), ogórek konserwowy(25g). II-Banan(1/2szt.)	Zupa neapolitańska z makaronem(200ml), ziemniaki(150g), kotlet z piersi kurczaka(80g), duszona młoda kapusta(100g). Lemoniada z cytryny i miodu(200ml)	Kisiel z owocami(150ml), ciasteczka owsiane(10g).
ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam			
08.05. Piątek	Zacierki na mleku(230ml), chleb(35g) z masłem(5g), polędwica sopocka(25g), pomidor(20g), sałata(3g). II-Brzoskwinia(1/2 szt)	Zupa brokułowa z serem cheddar(200ml), ziemniaki(150g) z koperkiem, ryba z pieca(120g) z warzywami(100g), ogórek małosolny(20g). Mięta(200 ml).	Bułka(17g) z masłem(5g) i dżemem niskosłodzonym(5g), kakao(150ml). Gruszka(1/2 szt)
ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 4. Ryba, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam			
11.05. Poniedziałek	Kasza manna na mleku(230ml), chleb(35g) z masłem(5g), kiełbasa krakowska(25g), pomidor(20g), kiełki(3g). II-Jabłko(1/2 szt)	Zupa pejzanka z ziemniakami(200), makaron karbonara(200g), ogórek kiszony(30g). Herbata owocowa(200ml).	Bułka(17g) z masłem(5g), kabanos(30g), rzodkiewka(20g). Herbatka owocowa(150ml)
ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam			

<p>12.05. Wtorek zielone śniadanie</p>	<p>Inka na mleku(200ml), chleb(17g) z masłem(5g), szynka wiejska(25g), bułka(15g) z masłem(5g), ser żółty(20g), sałata(3g), papryka((20g), ogórek św.(20g) II-Truskawka(40g)</p>	<p>Zupa botwinka z ziemniakami(200ml), kasza jaglana(50g), schab pieczony(100g) w sosie(30g), bukiet warzyw(100g). Kompot (200ml)</p>	<p>Bułka(17g) z masłem(5g), ser biały(40g) z miodem(5g), jabłko(1/4 szt). Herbata owocowa(150g).</p>
<p>ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam</p>			
<p>13.05. Środa</p>	<p>Płatki owsiane na mleku(230ml), chleb(35g) z masłem(5g), polędwica drobiowa(25g), sałata(3g), pomidor(20g). II-ananas(40g), pestki słonecznika(5g)</p>	<p>Krupnik z zieleciną(200ml). Spaghetti(50g) z mięsem(50g) i warzywami(50g), sałata(40g) z melonem(20g). Kompot(200ml)</p>	<p>Bułka(17g) z żółtym serem(20g) i rzodkiewką(15g). Herbatka owocowa(150ml).</p>
<p>ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam</p>			
<p>14.05. Czwartek</p>	<p>Płatki jaglane na mleku(230ml), bułka(25g) z masłem(5g) i rzodkiewką(20g), parówka z indyka(1szt). II-Jabłko(1/2szt), żurawina(5g)</p>	<p>Barszczyk biały z ziemniakami(200ml) i natką, kasza gryczana(50g), gulasz z mięsa mieszanego(80g), ogórek małosolny(40g). Kompot(200ml)</p>	<p>Chałka(17g) z masłem(5g), kawa na mleku(150ml), gruszka(1/4szt)</p>
<p>ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam</p>			
<p>15.05. Piątek</p>	<p>Kasza manna na mleku(230ml), chleb(35g) z masłem(5g), kielbasa żywiecka(25g), roszponka(3g), papryka(25g). II-Banan(1/2szt)</p>	<p>Zupa wiosenna(200ml), ziemniaki(150g), kotlet z ryby(80g), surówka z kapusty pekińskiej(30g). Rumianek(200ml)</p>	<p>Ciasto z rabarbarem(80g), kakao(150ml).</p>
<p>ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 4. Ryba, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam</p>			
<p>18.05. Poniedziałek</p>	<p>Płatki ryżowe na mleku(230ml), chleb(35g) żytni z masłem(5g), baleron odtłuszczony(25g), sałata(3g), pomidor(25g). II-żurawina(5g), jabłko(1/2szt)</p>	<p>Zupa z soczewicy(200ml). Makaron(50g) z truskawkami i jogurtem(90g). Mięta(200ml)</p>	<p>Bułka(17g) z masłem(5g) i dżemem niskosłodzonym((5g), gruszka(1/4szt). Kakao(150ml).</p>
<p>ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam</p>			
<p>19.05. Wtorek zielone śniadanie</p>	<p>Kawa z mlekiem(200ml), chleb(17g) z masłem(5g), szynka drobiowa(25g), bułka(17g) z masłem(5g), ser mozzarella(25g), papryka(20g), sałata(3g), rzodkiewka(15g). II-Banan(1/2szt)</p>	<p>Rosół z makaronem(200ml), ziemniaki(150g) z koperkiem, kotlet pożarski((80g), buraczki(70g). Cytroneta z miodem(200ml).</p>	<p>Zapiekanka z mozzarellą i pomidorkiem koktajlowym(80g), herbatka miętowa(150ml).</p>
<p>ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam</p>			
<p>20.05 Środa</p>	<p>Kakao(200ml), chleb(35g) z masłem(5g), pasztet pieczony(25g), bułka(17g) z masłem(5g), jajko(50g), ogórek świeży(15g), kiełki(3g). II-Pestki dyni((5g), gruszka(1/2szt)</p>	<p>Barszcz czerwony(200ml), krokiety z mięsem(80g) polane sosem pieczarkowym((20g), ogórek kiszony(30g). Herbatka z cytryną(200g)</p>	<p>Deser budyniowy z owocami(150g).</p>
<p>ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam</p>			
<p>21.05. Czwartek</p>	<p>Płatki jaglane na mleku(230ml), chleb(35g) z masłem(5g), polędwica</p>	<p>Żurek z ziemniakami(200ml), zapiekanka z ryżu((50g) i kurczaka gyros(70g), surówka wiosenna z</p>	<p>Kisiel z owocami(150ml) i biszkoptami(10g).</p>

	sopocka(25g), pomidor(20g). II-Arbuz(80g)	młodej kapusty(50g) i warzyw(20g). Sok(200ml)	
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
22.05 Piątek	Kasza manna na mleku(230ml), chleb(35g) z masłem(5g) i schabem pieczonym-wyrób własny(25g), papryka(20g). II-Truskawki(80g)	Zupa krem z kalafiora(200ml), ziemniaki(150g) ryba((80g) po grecku z duszonymi warzywami(80g). Herbatka miętowa(200ml).	Domowe ciasto z truskawkami(80g), kawa zbożowa z mlekiem(150ml)
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
25.05 Poniedziałek	Płatki owsiane na mleku(230ml), chleb(35g) z masłem(5g), parówka(1szt) z keczupem(3g), ogórek(20g). II-śliwki(80g)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami(200ml), makaron ze szpinakiem i serem feta(200g). Surówka z pomidora i cebulki(50g). Kompot(200ml).	Gofry domowe(80g), kawa zbożowa (150ml). Jabłko(1/4szt)
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
26.05. Wtorek zielone śniadanie	Kakao(200ml), chleb(17g) z masłem(5g), kiełbasa krakowska(25g), sałata(3g), bułka(20g) z masłem(5g), ser żółty(25g), papryka(20g), rzodkiewka(15g). II-żurawina(5g), jabłko(1/2szt).	Zupa jarzynowa z makaronem(200ml), Ziemniaki z koperkiem(150g), gołąbki po cygańsku(80g) w sosie pomidorowym(15g). Herbata z cytryną(200ml)	Kajzerka(17g) z masłem(5g) i miodem(3g). Banan(1/2szt) Herbata owocowa(150ml).
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
27.05. Środa	Płatki ryżowe na mleku(230ml), chleb(35g) z masłem(5g), schab pieczony – wyrób własny(25g), papryka(20g). II-Gruszka(1/2szt)	Zupa pomidorowa z makaronem(200ml), ziemniaki(150g) z koperkiem, pieczeń rzymska z warzywami(80g), sałatka z ogórka zielonego, kopru i sezamu(80g). Cytroneta(200ml)	Kaszka kukurydziana z musem owocowym(150g).
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
28.05. czwartek	Płatki kukurydziane(230ml), chleb(35g) z masłem(5g), połędwica sopocka(25g), ogórek zielony(20g). II-Arbuz(80g)	Zupa koperkowa z ryżem(200ml), ziemniaki(150g), kotlet schabowy(80g), duszona młoda kapustka(80g). Kompot(200ml)	Koktajl owocowy na kefirze(150ml), ciasteczko owsiane(10g).
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
29.05. Piątek	Płatki owsiane na mleku(230ml), chleb(35g) z masłem(5g), parówka(1szt) z keczupem(3g), ogórek konserwowy(20g). II-Sok wyciskany(150ml), pestki dyni(20g)	Zupa jarzynowa z ziemniakami(200ml), naleśniki z serem(100g) i sosem jogurtowo- owocowym(20g). Herbatka z cytrynką(200ml).	Niskosłodzona galaretka z truskawkami(100g).
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		