

Jadłospis

Planowany jadłospis od 01.03-31.03.2026r

/ kolejność dni posiłków może ulec zmianie /

do posiłków podajemy: Wodę (butelkowaną),

niskosłodzone: herbatki owocowe i miętowe, rumianek

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
02.03. Poniedziałek	Kasza manna na mleku, chleb z masłem, polędwica drobiowa, papryka. II -. Melon	Barszcz czerwony z ziemniakami. Kluski śląskie z masłem klarowanym i białym serem. Surówka z marchewki i jabłuszka. Herbata owocowa.	Napój cytrynowy, zapiekanka z pomidorkami i mozzarellą. Banan.
ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam			
03.03. Wtorek zielone śniadanie	Kawa na mleku, chleb z masłem, szynka wiejska, papryka, ogórek świeży, sałata, bułka z masłem, twarożek ze szczypiorkiem. II-. Jabłko, pestki słonecznika	Zupa ryżowa z zieleniną. Ziemniaki z koperkiem, kotlet schabowy (pieczony), kapusta gotowana. Herbata miętowa.	Deser z budyniu, ciasteczka owsiane.
ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam			
04.03. Środa	Płatki jęczmienne z mlekiem. Chleb ziarnisty z masłem, ser żółty, sałata, pomidor. II-. Kalarepa, morele suszone	Zupa pejzanka. Racuchy z jabłkiem. Marchewka surowa do pochrupania. Herbata owocowa.	Maślanka z owocami, chałka z masłem.
ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam			
05.03. Czwartek	Płatki jaglane z mlekiem, chleb z masłem, pasta z ciecierzycy z natką, rzodkiewka. II-. Pestki słonecznika, banan	Zupa jarzynowa z makaronem. Ziemniaki z koperkiem, gołąbki po cygańsku w sosie pomidorowym. Kompot.	Bułka z masłem, białym serem i miodem. Herbata owocowa.
ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam			
06.03. Piątek	Kawa na mleku, chleb z masłem, schab pieczony-własny wyrób, pomidor. Bułka z masłem, pasta jajeczna ze szczypiorkiem. II-. Miks warzywny	Zupa koperkowa z kaszą manną. Ziemniaki, ryba po grecku z duszonymi warzywami. Rumianek	Domowe ciasto, herbata z cytryną. Kiwi.
ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 4. Ryba, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam			
09.03. Poniedziałek	Kakao na mleku. Chleb z masłem, szynka wiejska, sałata, pomidor, bułka z masłem, pasta z fasoli, ogórek kiszony. II- . Mandarynka	Kapuśniak z ziemniakami. Makaron z białym serem, truskawkami i jogurtem naturalnym. Herbata owocowa	Bułka z masłem i łososiem, szczypior. Herbata miętowa. Jabłko
ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 4. Ryba, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam			

10.03. Wtorek zielone śniadanie	Kawa z mlekiem. Chleb z masłem, szynka drobiowa, sałata, pomidorki koktajlowe. Bułka z masłem, ser żółty, papryka II-. Banan	Rosół z makaronem. Ziemniaki z koperkiem, udko pieczone, sałata lodowa z jogurtem. Rumianek.	Naleśniki z syropem klonowym. Herbatka z cytryną. Żurawina.
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
11.03. Środa	Kasza manna na mleku. Chleb ziarnisty z masłem, kielbasa krakowska, pomidor. II-. Rzodkiew biała, pestki słonecznika	Żurek z ziemniakami. Kasza perłowa, duszone piersi kurczaka w oregano, fasolka szparagowa z masłem klarowanym. Herbata owocowa.	Bułka z masłem i miodem. Kawa na mleku. Pomarańcza.
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
12.03. Czwartek	Kakao. Chleb z masłem, parówki z indyka, keczup, papryka, rzodkiewka. II-. Marchewka, śliwka suszona.	Zupa szczawiowa z ziemniakami. Kasza bulgur, pulpety mięsne z dodatkiem soczewicy w sosie koperkowym, surówka z buraczków, jabłka i cebuli. Herbata z miodem i cytryną.	Kajzerka z masłem, ser biały z tartym jabłkiem. Sok.
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
13.03. Piątek	Kubek ciepłego mleka z miodem. Chleb z masłem, filet z indyka, papryka. Bułka z masłem, serek kanapkowy ziołowy. II-.Banan	Zupa porowa z domowymi grzankami. Ziemniaki z koperkiem, kotlet z ryby, surówka z kapusty kiszonej, kurkumy i miodu. Herbata miętowa.	Galaretka z owocami, ciasteczko owsiane.
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 4. Ryba, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler,		
16.03. Poniedziałek	Kakao na mleku. Chleb żytni z masłem, polędwica sopocka, cykoria, bułka z masłem, pasta z jaj i szczypiorku. II-. Pestki dyni, jabłko	Barszcz ukraiński. Kluski leniwe z masłem, brzoskwinia. Herbata owocowa.	Pieczyno z masłem, szynka drobiowa, pomidor. Gruszka.
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler,		
17.03. Wtorek zielone śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem. Chleb domowy z masłem, schab pieczony, ogórek świeży, bułka z masłem, jajko, szczypior, pomidorki koktajlowe. II- Kalarepka, śliwka suszona	Zupa fasolowa z cząbrem. Ziemniaki, pierś z kurczaka w panierce, surówka z selera i rodzynek. Kompot	Koktajl z jarmużu i bananów, chrupki kukurydziane.
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
18.03. Środa	Płatki owsiane na mleku. Chleb z siemieniem i masłem, ser żółty, sałata, pomidor. II- Mandarynka	Krupnik z zieleniną. Placki ziemniaczane z jogurtem naturalnym, surówka z marchewki i jabłka . Kompot.	Pudding ryżowy z mussem owocowym.
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
19.03. Czwartek	Kasza manna na mleku, chleb ziarnisty z masłem, kielbasa krakowska, papryka II-. Banan	Zupa krem z białych warzyw. Kasza bulgur, bitki wieprzowe w sosie ziołowym, surówka z ogórka kiszzonego, szczypiorku i kukurydzy. Kompot	Zapiekanka z mozzarellą i pomidorkami.
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		

20.03. Piątek	Zacierki na mleku, chleb z masłem, pasta z wędliny z natką, rzodkiewka. II -. Morela suszona, gruszka	Zupa pomidorowa z ryżem. Ziemniaki z koperkiem, ryba w panierce, surówka z czerwonej kapusty. Mięta	Pudding chia z musem owocowym
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 4. Ryba, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
23.03. Poniedziałek	Kubek ciepłego mleka. Chleb z masłem, polędwica sopocka, papryka. Bułka z masłem, ser żółty, sałata rzodkiewką II.- Pomarańcza	Kapuśniak z ziemniakami, makaron ze szpinakiem, pomidor. Kompot.	Gofry domowe z dżemem. Banan
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 4. Ryba, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
24.03. Wtorek zielone śniadanie	Kakao, chleb z masłem, szynka, roszonek, bułka z masłem, jajko, szczypior, papryka. II -. Śliwki suszone, pestki dyni	Zupa ogórkowa z ziemniakami, kasza jęczmienna, gulasz wołowy, mini marchewka z masłem. Mięta	Koktajl ze szpinakiem, ciastko bio. Jabłko.
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
25.03. Środa	Ryż na mleku, chleb z masłem, schab pieczony-własny wyrób, ogórek. II -. Mandarynka	Zupa buraczana z ziemniakami, kasza jaglana, filet z indyka w sosie z warzywami, ogórek kiszony. Herbata z cytryną	Budyń z syropem klonowym, wafle wielozbożowe.
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
26.03. czwartek	Kakao na mleku. Chleb z masłem, jajko, szczypior, bułka z masłem, pasztet drobiowy, ogórek. II-Śliwka i żurawina suszona,	Krupnik z zieleniną, Ziemniaki z koperkiem, kapusta faszerowana mięsem w sosie pomidorowym. Sok naturalny.	Kisiel, chrupki kukurydziane.
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
27.03. Piątek	Płatki ryżowe na mleku, chleb z masłem, szynka drobiowa, pomidor. II.- Ananas, brzoskwinia.	Zupa z soczewicy, ziemniaki z koperkiem. Ryba w panierce, surówka z kiszzonego ogórka. Herbata miętowa	Domowe muffinki, kakao.
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
30.03. Poniedziałek	Płatki owsiane na mleku, chleb z masłem, kielbasa żywiecka, sałata. II.-Jabłko, pestki słonecznika	Barszcz biały z jajczkiem i ziemniakami, racuchy z jabłuszkami, surówka z marchewki. Kompot.	Bułka z masłem i rzodkiewką, kabanos drobiowy. Banan, herbata z cytrynką.
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		
31.03. Wtorek Zielone śniadanie	Kawa zbożowa, herbata z cytryną, chleb z masłem, szynka wiejska, bułka z masłem, ser żółty, papryka, ogórek zielony, sałata. II.-surowa marchewka	Zupa pieczarkowa z ziemniakami, makaron, gulasz z mięsa mieszanego i warzyw, surówka z ogórka kiszzonego, jabłuszka i cebulki. Kompot.	Kisiel z owocami, chrupki kukurydziane
	ALERGENY: 1. Gluten, 3. Jajka, 6. Soja, 7. Mleko, 9. Seler, 11. Sezam		