

JADŁOSPIS

08.09.2025

	PONIEDZIAŁEK - 1112,1 KCAL
ŚNIADANIE	• Pieczywo żytnie, masło, ser żółty, ogórek zielony 50g /gluten, mleko/ • Pieczywo żytnie, masło, powidło śliwkowe 50g /gluten, mleko/ • Herbata z cytryną 200ml <i>Skład: pieczywo, masło 82%,ser, powidło śliwkowe, ogórek zielony</i>
II ŚNIADANIE	• Jabłko 150g
OBIAD	• Zupa brokułowa z ryżem 300ml /mleko/ • Kluska na parze 2szt. z musem truskawkowo-jogurtowym 70ml/30ml /gluten, jajko, mleko/ • Kompot 200ml <i>Skład: brokuły, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%, mleko, ryż; kluski: mąka, drożdże, jajko, mleko; truskawki, jogurt naturalny</i>
PODWIECZOREK	• Bułka grahamka, masło, szynka z indyka, sałata 70g /gluten, mleko/ <i>Skład: pieczywo, masło 82%, mięso z indyka 90%, sałata</i>
II PODWIECZOREK	• Owoc sezonowy

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

JADŁOSPIS

09.09.2025

	WTOREK - 1077,7 KCAL
ŚNIADANIE	- Pieczywo z ziarnami, masło, pasta jajeczno-serowa z rzodkiewką 100g /gluten, jajko, mleko/ - Herbata malinowa 200ml. <i>Skład: pieczywo, masło 82%, ser, miód wielokwiatowy, szczypiorek</i>
II ŚNIADANIE	Jabłko 150g
OBIAD	- Zupa koperkowa z zacierką 300ml /gluten, jajko, mleko/ - Kotlet pożarski 80g, ziemniaki puree 100g, buraki 70g /gluten, jajko, mleko/ - Kompot 200ml <i>Skład: koperek, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%, mleko, zacierka: mąka, jajko; mięso z kurczaka, mięso wieprzowe, jajko, bułka tarta, ziemniaki, mleko, buraki</i>
PODWIECZOREK	- Sok tłoczony z jabłek (bez cukru) 150ml - Pieczywo pszenno-żytnie, masło 50g /gluten, mleko/ <i>Skład: jabłka, pieczywo- gluten, masło 82%- mleko</i>
II PODWIECZOREK	Owoc sezonowy

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

JADŁOSPIS

10.09.2025

	ŚRODA - 1290,1 KCAL
ŚNIADANIE	• Pieczywo słonecznikowe, masło, szynka z kurcząt, papryka 50g /gluten, mleko/ • Pieczywo słonecznikowe, masło, twarożek ze szczypiorkiem 50g /gluten, mleko/ • Kakao 200ml /mleko/ <i>Skład: pieczywo, masło 82%, mięso z piersi kurcząt 89%,ser, papryka, szczypiorek, kakao, mleko</i>
II ŚNIADANIE	• Jabłko 150g
OBIAD	• Krem dyniowo-marchwiowy z grzankami 300ml /gluten, mleko/ • Spaghetti bolognese 200g /gluten/ • Kompot 200ml <i>Skład: dynia, marchew, śmietana 18%, mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki; makaron, mięso mielone wieprzowe, marchewka, cebula, przecier pomidorowy 30%</i>
PODWIECZOREK	• Wyrób własny - Ciasto ucierane na maślanie z porzeczkami 1szt. /gluten, jajko, mleko/ <i>Skład: mąka, jajko, maślanka, olej, porzeczka czerwona</i>
II PODWIECZOREK	• Banan

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

JADŁOSPIS

11.09.2025

	CZWARTEK - 1182,5 KCAL
ŚNIADANIE	• Płatki zbożowe miodowe z mlekiem 150ml /gluten, mleko/ • Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo razowe, masło, ogórek zielony, pomidor, sałata 50g /gluten, mleko/ • Herbata owocowa 200ml <i>Skład: płatki zbożowe miodowe, mleko, pieczywo, masło 82%, ogórek zielony, pomidor, sałata</i>
II ŚNIADANIE	• Owoc sezonowy
OBIAD	• Zupa krupnik z ziemniakami 300ml /gluten/ • Ryż 150g z pieczonymi jabłkami, cynamonem i śmietanką 100ml/30ml /mleko/ • Kompot 200ml <i>Skład: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, kasza wiejska, ziemniaki; ryż, jabłka, cynamon, śmietana 30%</i>
PODWIECZOREK	• Wyrób własny - Parówka zapiekana w cieście francuskim 1szt. /gluten/ • Ogórek zielony do chrupania <i>Skład: ciasto francuskie: mąka, olej; parówka z szynki 93%; ogórek zielony</i>
II PODWIECZOREK	• Banan

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym

JADŁOSPIS

12.09.2025

	PIĄTEK - 1058,5 KCAL
ŚNIADANIE	• Pieczywo graham, masło, szynka konserwowa, pomidor 50g /gluten, mleko/ • Pieczywo graham, masło, rolada serowa, rzodkiewka 50g /gluten, mleko/ • Herbata wiśniowa 200ml <i>Skład: pieczywo, masło 82%, mięso z piersi indyka 93%, ser, ogórek kiszony, papryka, kawa zbożowa, mleko</i>
II ŚNIADANIE	• Owoc sezonowy
OBIAD	• Zupa rosół z makaronem 300ml /gluten, seler/ • Filet rybny w panierce 80g, ziemniaki 100g, sałata zielona z jogurtem naturalnym 70g /ryba, gluten, mleko/ • Kompot 200ml <i>Skład: kurczak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, makaron; mintaj, bułka tarta, ziemniaki, sałata zielona, jogurt naturalny</i>
PODWIECZOREK	• Wyrób własny - Serek brzoskwiniowy 70g /mleko/ • Pieczywo chrupkie 2szt. /gluten/ <i>Skład: ser, brzoskwinia, pieczywo</i>
II PODWIECZOREK	• Owoc sezonowy

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym