

JADŁOSPIS

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	Zawiera alergeny.
-----------------------------	-------	------	-------------------

poniedziałek, 2 lutego 2026

▶ śniadanie			
● Chleb mieszany z masłem.	20 g.		Gluten z pszenicy, gluten z żyta.
● Parówki z szynki 100%.	70 g.		Zboża zawierające gluten, Soja, Mleko, Seler, Gorczyca
● Pomidor koktajlowy.	20 g.		
● Ogórek	20 g.		
● Herbata z cytryną.	200 ml.		
▶ obiad / I danie			
● Zupa warzywna ,zabielana.	350 ml.		Mleko, Seler
▶ obiad / II danie			
● Makaron spaghetti.	150 g.		gluten z pszenicy, Mleko
● Sos do spaghetti mięsno - warzywny.(pomidory ,	130 g.		
● Kompot z wiśni.	250 ml.		
▶ obiad / deser			
● Jabłko	90 g.		
▶ podwieczorek			
● Mus 100% jabłko-gruszka	200 g.		
● Woda limonka -mięta.	500 ml.		

wtorek, 3 lutego 2026

▶ śniadanie			
● Bułka grahamka z masłem	70 g.		Zboża zawierające gluten, Soja, Sezam, Mleko, Jaja, Orzechy, Gorczyca, mleko
● Szynka z piersi kurczaka	20 g		
● Ser żółty Babuni	20 g		
● Sałata lodowa	20 g		
● Papryka czerwona	20 g		
● Ogórek	20 g		
● Kawa zbożowa z mlekiem.	200 ml.		gluten z jęczmienia, Mleko
▶ podwieczorek			
● Jogurt z bananami wyr. Własny z orzechami	130 g.		Mleko, orzechy włoskie
● Sok 100 % pomarańczowy.	300 ml.		

środa, 4 lutego 2026

▶ śniadanie			
● Płatki zbożowe czekoladowe.	200 g		
● Mleko spożywcze 2% tłuszczu	100 ml.		Mleko
● Banan	90 g.		
● Herbata z dzikiej róży.	200 ml.		
▶ obiad / I danie			
● Zupa pieczarkowa z natką pietruszki.	350 ml.		Mleko, Seler
▶ obiad / II danie			

JADŁOSPIS

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	Zawiera alergeny.
Kopytka	100 g.		Zboża zawierające gluten, Mleko, Jaja
Gulasz wieprzowy z szynki.	120 g.		Zboża zawierające gluten
Surówka z buraka czerwonego ,czerwonej cebuli,	130g.		
Kompot z wiśni.	200 ml.		
► podwieczorek Ciastko zbożowe Sante.	50 g.		
Woda minaralna.	500 ml.		

czwartek, 5 lutego 2026

► śniadanie Bułka grahamka z masłem.	70 g.		gluten z pszenicy, Soja, Sezam, Mleko, Jaja, Orzechy, Gorczyca, mleko
Szynka z piersi kurczaka	20 g		
Ser żółty Salami.	20 g		Soja, Sezam, Mleko, Jaja, Seler, Orzeszki ziemne, Gorczyca
Ogórek	10 g		
Papryka czerwona	10 g		
Sałata	10 g		
Kakao na mleku.	200 ml.		Mleko
► obiad / I danie Kapuśniak z słodkiej kapusty.	350 ml.		Seler
► obiad / II danie Ziemniaki puree.	120 g.		Mleko
Nuggetsy z piersi kurczaka z pieca.	120 g.		gluten z pszenicy, Mleko, Jaja
Mizeria ze świeżych ogórków z jogurtem	150 g.		Mleko
Herbata z żurawiną	200 ml.		
► podwieczorek Budyń śmietankowy z owocami, orzechami	200 g.		mleko ,orzechy włoskie.
Woda z pomarańczą i miętą	500 ml.		

piątek, 6 lutego 2026

► śniadanie Chleb żytni z masłem	55 g.		Gluten z pszenicy, gluten z żyta, Mleko
Jajko gotowane .	70 g.		Jaja
Papryka czerwona	10 g		
Sałata lodowa	10 g		
Ogórek	10 g		
Herbata malinowa	200 ml.		
► obiad / I danie Zupa pomidorowa z ryżem.	350 ml.		Mleko, Seler

JADŁOSPIS

posiłek potrawa/składnik	ilość	j.m.	Zawiera alergeny.
 obiad / II danie • Ziemniaki z koperkiem. 120 g. • Miruna filet panierowany. 130 g. • Surówka z kiszonej kapusty, marchewki , natki 150 g. • Herbata z dzikiej róży. 200 ml.			Mleko Gluten z pszenicy., Mleko, Jaja, Ryba miruna.
 podwieczorek • Smoothie owocowe 100% 250 g. • Woda z cytryną i melisą. 500 ml.			