

J A D Ł O S P I S

	ŚNIADANIE (I, II)	OBIAD	PODWIECZOREK
14 września 2026			
poniedziałek	Pieczyno mieszane z masłem, płatki kukurydziane na mleku, schab pieczony, jajko, pomidor, ogórek, śliwki, herbatka owocowa	Kartoflanka z koperkiem, spaghetti bolońskie z czerwoną soczewicą, sałatka szwedzka (z ogórka kiszzonego, marchewki i cebulki), woda	Bułeczka z budyniem, banan, sok jabłko-wiśnia
alergeny	1, 3, 7	1, 7, 9	1, 3, 7
15 września 2026			
wtorek	Chleb wiejski (pszenno-żytni) z masłem, zacierki na mleku, ser żółty, jajko, szczypiorek, rzodkiewka, żółta papryka, arbuzy, zielona herbatka	Kapuśniak z ziemniakami, zapiekanka ryżowa z udźcem indyka i warzywami, słupki ogórka, kompot śliwkowy	Trufle czekoladowe z płatków owsianych i naturalnego kakao z miodem, mleko ze słomką
alergeny	1, 3, 7	7, 9	1, 7, 10
16 września 2026			
środa	Bułeczka żytnia z masłem, kawa zbożowa na mleku, pasta z soczewicy, szynka ECO, pomidor, czerwona papryka, nektarynki, herbatka rumiankowa	Bulion z piersi kurczaka, kluseczki kładzione z sera homogenizowanego, naturalnego, surówka z marchwi z jabłkiem, kompot wieloowocowy	Pasta z jajek, szczypiorek, ogórek małosolny, chleb litewski z masłem, woda
alergeny	1, 7	1, 3, 7, 9	1, 3, 7
17 września 2026			
czwartek	Chleb orkiszowy z masłem, mleko, serek kanapkowy, naturalny, krakowska z indyka, ogórek małosolny, rzodkiewka, gruszka, biała herbatka	Rosół z makaronem, farsz z sosem chrzanowym, ziemniaki z koperkiem, zielony groszek gotowany na parze, sałatka z pomidorów z cebulą i oliwą, kompot truskawkowy	Racuchy z jabłkiem, mięta z cytryną
alergeny	1, 7	1, 7, 9	1, 3, 7
18 września 2026			
piątek	Chleb graham z masłem, kawa zbożowa na mleku, ser żółty, jajko, szczypiorek, pomidor, jabłko, herbatka z cytryną	Zupa krem z cukinii z grzankami, paluszki rybne (wyrób własny), kasza kuskus, surówka z kapusty pekińskiej z jogurtem greckim, kompot wieloowocowy	Shake jogurtowy z truskawkami, rogal maślan
alergeny	1, 3, 7	1, 3, 4, 7, 9	1, 3, 7

Alergeny (podane w jadłospisie liczby oznaczają wymienione niżej alergeny): *SUBSTANCJE LUB PRODUKTY POWODUJĄCE ALERGIE LUB REAKCJE NIETOLERANCJI (wg załącznika II do ROZPORZĄDZENIA PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY (UE) NR 1169/2011 z dnia 25 października 2011 r.)*

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne

12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców

13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne

GRAMATURY POŚLĄKÓW

Śniadanie I II		Obiad		Podwieczorek	
Pieczywo	35g	Zupa	250 ml	Pieczywo	25g
masło	5g	gulasz (z sosem)	100- 120 g	wędlina	20g
wędlina	15-20 g	Kotlet z piersi indyka	65 g	ser żółty	15g
ser żółty	15-20g	udko kurczaka b/k	80-90g	warzywa surowe	20g
warzywa (pomidor, ogórek,)	20g	pulpet	70g	pasty warzywne (z fasoli, ciecierzycy)	6 g
sałata	4g	ziemniaki	120g	shake jogurtowy	150ml
rzodkiewka/kalarepka	4g	ryż	80-100g	sałatka owocowa	130-150g
Mleko/kakao	200 ml	kasza (jęczmienna, gryczana, kuskus)	80-100g	warzywa surowe	20g
Zupa mleczna	200 ml	makaron	80-100g	racuchy/placki z dynią	90-100 g
Owoce	80-100 g	surówka	100g	ryż z jabłkiem	
		warzywa gotowane (marchew, buraki, kalafior, brokuły, fasolka szparagowa)	80g	ciasto kruche (wyrób własny)	150g
		mizeria	120g	makaron z polewą jogurtową	150g
		ogórek kiszony	80g	wafle ryżowe	10g
Herbatka owocowa/mięta	150 ml	kompot owocowy	200 ml	sok (jabłkowy, pomarańczowy)	150-200 ml