

JADŁOSPIS

	ŚNIADANIE (I, II)	OBIAD	PODWIECZOREK
24 sierpnia 2026			
poniedziałek	Chleb wiejski z masłem, mleko, jajko, pasta z fasoli, ogórek małosolny, szczypiorek, arbuz, herbatka owocowa	Zupa kalafiorowa z ziemniakami, makaron spaghetti z sosem bolognese, mizeria z jogurtem greckim, kompot śliwkowy	Budyń śmietankowy z polewą truskawkową, wafle ryżowe, naturalne
alergeny	1, 3, 7	1, 7, 9	1, 7
25 sierpnia 2026			
wtorek	Pieczewo mieszane z masłem, kawa zbożowa na mleku, parówki cielęce na gorąco, keczup, ser żółty, papryka, rzodkiewka, jabłko, zielona herbatka	Zupa z czerwonej soczewicy z ziemniakami, gulasz z cukinii z warzywami, kasza kuskus, ogórek małosolny, kompot truskawkowy	Kajzerka z masłem, twarożek z białego sera z malinami i miodem, herbatka miętowa
alergeny	1, 7	9	1, 7
26 sierpnia 2026			
środa	Bułeczka żytnia z masłem, kakao, szynka ECO, ser żółty, rzodkiewka, pomidor, śliwki, herbatka owocowa	Zupa jarzynowa z zieloną fasolką, kluseczki kładzione z serka homogenizowanego z miodem i cynamonem, sałatka z melona z dodatkiem borówki i jabłka, z listkami świeżej mięty i sokiem z limonki, biała herbatka	Pasta z tuńczyka z jakiem i ogórkiem kiszonym, chleb graham z masłem, słupki kalarepki, sok jabłkowo-marchwiowy
alergeny	1, 7	1, 3, 7, 9	1, 3, 4, 7, 9
27 sierpnia 2026			
czwartek	Chleb graham z masłem, płatki kukurydziane na mleku, ser żółty, jajko, ogórek kiszony, kolorowa papryka, banan, herbatka owocowa	Zupa krem cebulowa z grzankami, pieczone udko kurczaka, brązowy ryż, sałata z rzodkiewką i śmietaną, kompot truskawkowy	Shake jogurtowy z mango i syropem klonowym, podplomyki bez cukru
alergeny	1, 3, 7	1, 7, 9	1, 7
28 sierpnia 2026			
piątek	Bułka ciabatta z masłem, płatki owsiane na mleku, ser żółty, krakowska z indyka podsuszana, pomidor, listki roszponki, jabłko, herbatka rumiankowa	Kapuśniak, kotleciki z ryby, ziemniaki z koperkiem, mini marchewki glazurowane w miodzie, słupki ogórka, kompot wieloowocowy	Słodki podwieczorek na pożegnanie: Gofry (wyrób własny) z sałatką owocową z arbuza, borówki amerykańskiej i banana, czarna herbata
alergeny	1, 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	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		wafle ryżowe	10g
Herbatka owocowa/mięta	150 ml	kompot owocowy	200 ml	sok (jabłkowy, pomarańczowy)	150-200 ml