

Jadłospis 13.10.2025 do 17.10.2025

 13.10.2025 Poniedziałek	 14.10.2025 Wtorek	 15.10.2025 Środa	 16.10.2025 Czwartek	 17.10.2025 Piątek
Śniadanie Kanapka z serem z ogórkiem kiszonym Składniki: chleb <u>pszemno-żytni</u>, ser gouda tłusty (z <u>mleka</u>), ogórek kiszony, masło ekstra (z <u>mleka</u>) Kawa zbożowa na mleku Składniki: <u>mleko</u> krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (<u>żyto</u>, <u>jęczmień</u>)	Śniadanie Chleb <u>orkiszowy</u> Masło ekstra (z <u>mleka</u>) Pasta z makreli i twarogu Składniki: <u>makreła</u> w oleju, ser twarogowy półtłusty (z <u>mleka</u>), szczypiorek, sól biała, pieprz Rukola Papryka czerwona Kakao z mlekiem Składniki: <u>mleko</u> krowie, 2% tłuszczu, woda, cukier, kakao 16%, proszek	Śniadanie Chleb graham (<u>pszenica</u>, <u>żyto</u>, <u>jęczmień</u>, <u>owies</u>, <u>orkisz</u>, <u>jajka</u>) Masło ekstra (z <u>mleka</u>) Twarożek ze szczypiorkiem Składniki: ser twarogowy półtłusty (z <u>mleka</u>), <u>mleko</u> krowie, 3,2% tłuszczu, szczypiorek Kiełbasa krakowska, sucha Pomidor Rzodkiewka Salata Kawa zbożowa na mleku Składniki: <u>mleko</u> krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (<u>żyto</u>, <u>jęczmień</u>)	Śniadanie Kanapka z pieczywa graham z szynką z indyka i rzodkiewką Składniki: chleb <u>pszenny</u> graham, szynka z indyka, rzodkiewka, masło ekstra (z <u>mleka</u>) Kakao z mlekiem Składniki: <u>mleko</u> krowie, 2% tłuszczu, woda, cukier, kakao 16%, proszek	Śniadanie Płatki kukurydziane na mleku Składniki: <u>mleko</u> krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane Bułka pszenna z masłem i dżemem brzoskwiowym Składniki: bułki kajzerki (<u>pszenica</u>), dżem brzoskwiowy, niskosłodzony, masło ekstra (z <u>mleka</u>)
Śniadanie II Ciastka <u>owsiane</u> Jabłko	Śniadanie II Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu (z <u>mleka</u>)	Śniadanie II Gruszka	Śniadanie II Śliwki Biszkopty bezcukrowe (<u>pszenica</u>, <u>jajka</u>)	Śniadanie II Mus owocowy
Obiad Gołąbki w sosie pomidorowym Składniki: kapusta biała, wieprzowina szynka surowa, koncentrat pomidorowy, 30%, marchew, bułka tarta (<u>pszenica</u>), <u>jaja</u> kurze całe, masło ekstra (z <u>mleka</u>), mąka <u>pszenna</u>, typ 450, pietruszka, korzeń, <u>seler</u> korzeniowy, por Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym Składniki: woda, zupa jarzynowa, mrożona, ziemniaki, marchew, śmietana 18% (z <u>mleka</u>), pietruszka, korzeń, <u>seler</u> korzeniowy, por, masło ekstra (z <u>mleka</u>), sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie Kompot owocowy Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier Chleb <u>pszenny</u> zwykły	Obiad Udko z kurczaka pieczone Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy Ziemniaki z masłem i koperkiem Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z <u>mleka</u>), koperek Surówka z selera, marchwi, jabłka z jogurtem Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z <u>mleka</u>), <u>seler</u> korzeniowy, jabłko, marchew, rodzynki, suszone Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, makaron <u>pszenny</u> bezjajeczny, cebula, pietruszka, korzeń, <u>seler</u> korzeniowy, por, śmietanka 36% (z <u>mleka</u>), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie Herbata miętowa	Obiad Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym Składniki: wieprzowina łopatką, woda, koperek, mąka <u>pszenna</u>, typ 450, śmietanka 36% (z <u>mleka</u>), cebula, <u>jaja</u> kurze całe, bułki <u>pszenne</u> zwykłe, czosnek, masło ekstra (z <u>mleka</u>), sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie Kasza jęczmienna na sypko Składniki: woda, kasza <u>jęczmienna</u>, perłowa, masło ekstra (z <u>mleka</u>), sól biała Surówka z ogórka kiszzonego Składniki: ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy Zupa brokułowa na wywarze warzywnym Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, <u>seler</u> korzeniowy, por, śmietana 18% (z <u>mleka</u>), koperek, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony Herbata owocowa Składniki: woda, cukier, herbata owocowa Chleb <u>pszenny</u>	Obiad Makaron penne z kurczakiem w sosie szpinakowo-śmietanowym Składniki: szpinak, mrożony, makaron <u>pszenny</u> bezjajeczny, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, śmietana 18% (z <u>mleka</u>), ser mascarpone (z <u>mleka</u>), olej rzepakowy, czosnek, gałka muszkatołowa Zupa grochowa z ziemniakami Składniki: woda, ziemniaki, groch, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, kiełbasa śląska, olej rzepakowy, boczek wędzony bez kości, czosnek, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony Kompot wiśniowy Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier Chleb <u>pszemno-żytni</u>	Obiad Kostka z <u>mintaja</u> panierowana (<u>skorupiaki</u>, <u>jajka</u>, <u>ryba</u>) Ziemniaki z masłem i koperkiem Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z <u>mleka</u>), koperek Surówka z kapusty pekińskiej, z marchewką, kukurydzą i jogurtem greckim Składniki: kapusta pekińska, marchew, jogurt grecki (z <u>mleka</u>), kukurydza, mrożona, cebula, koperek Zupa z fasolki szparagowej Składniki: woda, fasolka szparagowa, mrożona, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, śmietanka 36% (z <u>mleka</u>), sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie Kompot malinowy Składniki: woda, maliny, mrożone, cukier Chleb <u>pszemno-żytni</u>

