

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 15.12.2025 do 19.12.2025 r.	2
Poniedziałek 15.12.2025	2
Śniadanie.....	2
Pierwsze danie:	2
Drugie danie:.....	3
Wtorek 16.12.2025	4
Śniadanie.....	4
Pierwsze danie:	4
Drugie danie:.....	5
Środa 17.12.2025	6
Śniadanie.....	6
Pierwsze danie:	6
Drugie danie:.....	7
Czwartek 18.12.2025.....	8
Śniadanie:.....	8
Pierwsze danie:	8
Drugie danie:.....	9
Piątek 19.12.2025	10
Śniadanie:.....	10
Pierwsze danie:	10
Drugie danie:.....	11
Legenda (objaśnienia):	12

Jadłospis obowiązujący od 15.12.2025 do 19.12.2025 r.

Poniedziałek 15.12.2025

Śniadanie

Kawa zbożowa.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), kawa zbożowa (**gluten żytni, gluten jęczmienny**).

Kanapki z pieczywa mieszanego, bułka wrocławska z masłem, pasta z twarożku z ciecierzycą, sałata, pomidor, marchewka do pochrupania.

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni, soja**)
- Masło (**mleko**)
- Twarożek (**nabiał**), ciecierzycą, sałata, pomidor, marchewka.

Pierwsze danie:

Zupa ziemniaczana z zacierką na wywarze warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, seler (**seler**), por, ziemniaki, zacierka (**gluten pszenny, jaja**), natka pietruszki, przyprawy.

Wafle tortowe z powidłami śliwkowymi, mleko.

Składniki:

- Wafle tortowe (**gluten pszenny, soja**), powidła śliwkowe, **mleko**.

Drugie danie:

Kotlet drobiowy w cieście naleśnikowym, ziemniaki z koperkiem, surówka z marchewki, pietruszki, selera i pory, woda z cytryną.

Składniki:

- Mięso – filet z kurczaka, mąka pszenna (**gluten pszenny**), **mleko**, **jaja**, przyprawy, olej.
- Ziemniaki, koperek.
- Marchewka, pietruszka, **seler**, por, majonez (**mleko**), przyprawy.

Woda z cytryną.

Składniki:

- Cytryna.

Wtorek 16.12.2025

Śniadanie

Zupa mleczna – kaszka kukurydziana.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), kaszka kukurydziana.

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, jajko sadzone, sałatka z ogórka zielonego, pomidora z cebulką, sałata, ogórek zielony. Owoc – borówki.

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni**)
- Masło (**mleko**)
- Jaja (**jaja**), ogórek zielony, pomidor, cebula, borówki.

Pierwsze danie:

Zupa szczawiowa z jajkiem na wywarze warzywnym zabieleną jogurtem naturalnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, szczaw, **jaja**, ziemniaki, jogurt naturalny (**mleko**), mąka pszenna (**gluten pszenny**), przyprawy, natka pietruszki.

Mus owocowy, rogal z masłem i miodem.

Składniki:

- Mus owocowy
- Rogal (**gluten pszenny, gluten żytni, soja, sezam**), masło (**mleko**), miód.

Drugie danie:

Lazania z mięsem i warzywami, kompot owocowy.

Składniki:

- Mięso – łopatką, mąka pszenna (**gluten pszenny**), **jaja**, mleko (**mleko**), marchew, pietruszka, **seler**, por, ser żółty (**mleko**), makaron (**gluten pszenny, jaja**), pomidory, cebula, olej, przyprawy.

Kompot owocowy.

Składniki:

- Truskawki, cukier.

Środa 17.12.2025

Śniadanie

Mleko.

Składniki:

- Mleko (**mleko**).

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, sałatka jarzynowa, sałata, wędlina.

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni, soja**)
- Masło (**mleko**)
- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, majonez (**mleko**), **jaja**, ogórek kiszony, kukurydza, natka pietruszki, sałata, wędlina.

Pierwsze danie:

Zupa barszcz czerwony z uszkami na wywarze warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, buraki, mąka pszenna (**gluten pszenny**), kapusta kiszona, przyprawy, natka pietruszki.

Ciasto – piernik z jabłkami, półmisek z owocami.

Składniki:

- Mąka pszenna (**gluten pszenny**), proszek do pieczenia, jabłka, kakao, soda, olej, **jaja**, cukier, cynamon.
- Mandarynki, kiwi, truskawki, śliwki.

Drugie danie:

Krokiet z kapustą i warzywami, kompot z suszonych owoców.

Składniki:

- **Mleko**, **jaja**, mąka pszenna (**gluten pszenny**), kapusta kiszona, marchew, pietruszka, **seler**, por cebula, bułka tarta (**gluten pszenny**), ser żółty (**mleko**), przyprawy, olej.

Kompot z suszonych owoców.

Składniki:

- Jabłka, śliwki, morele, cukier.

Czwartek 18.12.2025

Śniadanie:

Zupa mleczna – kaszka manna.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), kaszka manna (**gluten pszenny**).

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, paprykarz z makreli, papryka czerwona, sałata, kielki, ogórek kiszony, pomidory koktajlowe.

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni**)
- Masło (**mleko**), makrela (**ryby**), ryż, passata, przyprawy.
- Sałata, kielki, ogórek kiszony, pomidory koktajlowe.

Pierwsze danie:

Zupa fasolowa na wywarze mięsno - warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, żeberka, fasola, mąka pszenna (**gluten pszenny**), olej, przyprawy, natka pietruszki.

Koktajl owocowy na maślance, wafle ryżowe z miodem.

Składniki:

- Maślanka (**mleko**), maliny.
- Wafle ryżowe, miód.

Drugie danie:

Placki ziemniaczane z warzywami ze śmietaną, kompot owocowy.

Składniki:

- Ziemniaki, **jaja**, mąka pszenna (**gluten pszenny**), marchew, pietruszka, **seler**, por cebula, śmietana (**mleko**), przyprawy, olej.

Kompot owocowy.

Składniki:

- Mieszanka owocowa, cukier.

Piątek 19.12.2025

Śniadanie:

Kawa inka.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), kawa inka (**gluten żytni, gluten jęczmienny**)

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pasta z twarożku ze szczypiorkiem, kabanosy, sałata, ogórek zielony, papryka czerwona, rzodkiewka do pochrupania.

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni**)
- Masło (**mleko**), twarożek (**mleko**), szczypior, kabanosy, sałata, ogórek zielony, papryka czerwona, rzodkiewka.

Pierwsze danie:

Zupa z groszku zielonego z ryżem na wywarze mięsno - warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ryż, groszek zielony, żeberka, jogurt naturalny (**mleko**), natka pietruszki, przyprawy.

Tarta z budyniem waniliowym i prażonymi migdałami.

Składniki:

- Mąka pszenna (**gluten pszenny**), **jaja**, masło (**mleko**), cukier puder.
- **Mleko**, mąka pszenna (**gluten pszenny**), skrobia, cukier waniliowy, **jaja**, migdały (**orzechy**).

Drugie danie:

Ryba po grecku, ziemniaki z koperkiem, woda z cytryną.

Składniki:

- Morszczuk (**ryby**), **jaja**, mąka pszenna (**gluten pszenny**), marchew, pietruszka, **seler**, por, cebula, koncentrat pomidorowy, przyprawy, olej.
- Ziemniaki, koper.

Woda z cytryną.

Składniki:

- Cytryna.

Legenda (objaśnienia):

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem

Ilość cukru: 5 g w 200 ml kakao, kawy, kompotu.

Jadłospis może ulec zmianie.