

## Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 07.04.2026 do 10.04.2026 r. ....	2
Poniedziałek 06.04.2026 .....	2
Śniadanie .....	2
Pierwsze danie: .....	2
Drugie danie: .....	2
Wtorek 07.04.2026 .....	3
Śniadanie: .....	3
Drugie danie: .....	4
Środa 01.04.2026 .....	5
Śniadanie .....	5
Drugie danie: .....	6
Czwartek 02.04.2026 .....	7
Śniadanie: .....	7
Pierwsze danie: .....	7
Drugie danie: .....	8
Piątek 03.04.2026 .....	9
Śniadanie: .....	9
Pierwsze danie: .....	9
Drugie danie: .....	10
Legenda (objaśnienia): .....	11

---

## Jadłospis obowiązujący od 07.04.2026 do 10.04.2026 r.

**Poniedziałek 06.04.2026**

**Śniadanie**

.

**Dzień wolny**

Składniki:

- .

Składniki:

**Pierwsze danie:**

Składniki:

Składniki:

**Drugie danie:**

Składniki:

Składniki:

---

**Wtorek 07.04.2026**

### **Śniadanie:**

Mleko.

Składniki:

- **Mleko.**

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pasta z twarożku z oliwkami, sałata, papryka czerwona, pomidor, marchewka do pochrupania. Owoc po śniadaniu – banan.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni**).
- Masło (**mleko**)
- Twarożek (**mleko**), oliwki, sałata, papryka czerwona, pomidor, marchewka, banan.

### **Pierwsze danie:**

Zupa z soczewicy na wywarze mięsno - warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, soczewica, czosnek, pomidory, papryka czerwona, przyprawy, natka pietruszki.

Wafle ryżowe z miodem, kakao.

Składniki:

- Wafle ryżowe, miód, **mleko**, kakao.

## Drugie danie:

Kotlet jajeczny, ziemniaki z koperkiem, mizeria z ogórków zielonych z jogurtem naturalnym, woda z cytryną.

Składniki:

- **Jaja**, bułka tarta (**gluten pszenny**), natka pietruszki, olej, przyprawy.
- Ziemniaki, koperek.
- Ogórki zielone, cebula, jogurt naturalny (**mleko**), przyprawy.

Woda z cytryną.

Składniki:

- Cytryna.

**Środa 01.04.2026**

## **Śniadanie**

Zupa mleczna – płatki ryżowe.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), płatki ryżowe.

Kanapki z pieczywa mieszanego, bułka wrocławska z masłem, wędlina, sałata, kiełki, ogórek zielony, kalarepa do pochrupania, herbata z cytryną.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni, soja**).
- Masło (**mleko**).
- Wędlina, sałata, kiełki, ogórek zielony, kalarepa.

Pierwsze danie:

Zupa krupnik z kaszy jaglanej na wywarze warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, kasza jaglana, ziemniaki, przyprawy, natka pietruszki.

Kisiel wiśniowy, nasiona do pochrupania.

Składniki:

- Wiśnie, mąka ziemniaczana, cukier, orzechy włoskie (**orzechy**), migdały (**orzechy**), słonecznik, rodzynki, śliwki suszone.

## Drugie danie:

Kotlet schabowy po parysku, ziemniaki z koperkiem, surówka z sałaty lodowej z pomidorem, ogórkiem zielonym i papryką, kompot owocowy.

Składniki:

- Mięso schab wieprzowy, mąka pszenna (**gluten pszenna**), **jaja**, olej, przyprawy.
- Ziemniaki z koperkiem.
- Sałata lodowa, pomidor, ogórek zielony, papryka, miód, olej, przyprawy.

Kompot owocowy.

Składniki:

- Mieszanka owocowa, cukier.

## Czwartek 02.04.2026

### Śniadanie:

Kawa zbożowa.

Składniki:

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

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pasta rybna z suszonymi pomidorami, sałata, kielki, pomidorki koktajlowe, ogórek kiszony do pochrupania.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni**).
- Makrela (**ryby**), suszone pomidory, sałata, kielki, pomidorki koktajlowe, ogórek kiszony.

### Pierwsze danie:

Zupa barszcz ukraiński na wywarze mięsno - warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, biała fasola, ziemniaki, buraki, biała kapusta, porcja rosółowa, przyprawy, natka pietruszki.

Jabłko pieczone z prażonymi migdałami, kisiel do picia.

Składniki:

- Jabłko, migdały (**orzechy**), kisiel.

## Drugie danie:

Pierogi z serem białym i ziemniakami, surówka z marchewki z ananasem, woda z cytryną.

Składniki:

- Ziemniaki, ser biały (**mleko**), cebula, olej, mąka pszenna (**gluten pszenny**), przyprawy.
- Marchewka, ananas, przyprawy.

Woda z cytryną.

Składniki:

- Cytryna.

---

## Piątek 03.04.2026

### Śniadanie:

Zupa mleczna – płatki orkiszowe.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), płatki orkiszowe (**gluten orkiszowy**).

Kanapki z pieczywa mieszanego, bułka trójka z masłem, jajecznicą ze szczypiorkiem, sałata, papryka czerwona, biała rzodkiew do pochrupania.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni, soja**).
- Masło (**mleko**), **jaja**, szczypiorek, sałata, papryka czerwona, biała rzodkiew.

### Pierwsze danie:

Zupa ziemniaczana z zacierką na wywarze mięsno - warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

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

Koktajl truskawkowy na kefirze, chrupki kukurydziane.

Składniki:

- Kefir (**mleko**), truskawki, chrupki kukurydziane.

## Drugie danie:

Burger rybny z warzywami, kasza jęczmienna, marchewka z groszkiem, kompot owocowy.

Składniki:

- Morszczuk (**ryby**), marchew, pietruszka, **seler**, por, **jaja**, bułka tarta (**gluten pszenny**), cebula, olej, przyprawy.
- Kasza jęczmienna (**gluten jęczmienny**).
- Marchewka z groszkiem, mąka pszenna (**gluten pszenny**), śmietana (**mleko**), przyprawy.

Kompot owocowy.

Składniki:

- Mieszanka owocowa, cukier.

---

## 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.