

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 11.05.2026 do 15.05.2026 r.	2
Poniedziałek 11.05.2026	2
Śniadanie	2
Pierwsze danie:	2
Drugie danie:	3
Wtorek 12.05.2026	4
Śniadanie:	4
Drugie danie:	5
Środa 13.05.2026	6
Śniadanie	6
Drugie danie:	7
Czwartek 14.05.2026	8
Śniadanie:	8
Pierwsze danie:	8
Drugie danie:	9
Piątek 15.05.2026	10
Śniadanie:	10
Pierwsze danie:	10
Drugie danie:	11
Legenda (objaśnienia):	12

Jadłospis obowiązujący od 11.05.2026 do 15.05.2026 r.

Poniedziałek 11.05.2026

Śniadanie

Kawa zbożowa .

Składniki:

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

Kanapki z pieczywa mieszanego, bułka grahamka z masłem, ser żółty, sałata, pomidor, rzodkiewka. Owoc – mandarynka.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni, soja**).
- Masło (**mleko**).
- Ser żółty (**mleko**).
- Sałata, pomidor, rzodkiewka, mandarynka.

Pierwsze danie:

Zupa jarzynowa na wywarze mięsno - warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, seler (**seler**), por, zupa jarzynowa, brukselka, ziemniaki, mąka pszenna (**gluten pszenny**), natka pietruszki, przyprawy.

Racuchy z jabłkami, mleko.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), mąka pszenna (**gluten pszenny**), **jaja**, drożdże, cukier, cukier waniliowy, jabłka, olej.
- **Mleko**.

Drugie danie:

Wątróbka w sosie pieczeniowy, kasza jęczmienna, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, kukurydzą, porą i oliwą z oliwek, woda z cytryną.

Składniki:

- Wątróbka drobiowa, mąka pszenna (**gluten pszenny**), cebula, przyprawy, olej.
- Kasza jęczmienna (**gluten jęczmienny**).
- Kapusta pekińska, marchewka, kukurydza, pora, oliwa z oliwek, przyprawy.

Woda z cytryną.

Składniki:

- Cytryna.

Wtorek 12.05.2026

Śniadanie:

Zupa mleczna – płatki owsiane.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), płatki owsiane (**gluten owsiany**).

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, sałata, papryka czerwona, napar z lipy.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni**).
- Masło (**mleko**)
- **Jaja**, szczypior, jogurt naturalny (**mleko**), sałata, papryka czerwona.

Pierwsze danie:

Zupa kalafiorowa na wywarze mięsno - warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

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

Naleśniki amerykańskie z miodem, mleko.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), mąka pszenna (**gluten pszenny**), jaja, cukier, proszek do pieczenia, miód, olej.
- **Mleko**.

Drugie danie:

Makaron ze szpinakiem i filetem drobiowym, kisiel do picia.

Składniki:

- Makaron (**gluten pszenny, jaja**), szpinak, filet drobiowy, jogurt naturalny (**mleko**), olej, przyprawy.

Kisiel.

Składniki:

- Kisiel.

Środa 13.05.2026

Śniadanie

Kawa inka.

Składniki:

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

Kanapki z pieczywa mieszanego, bułka wrocławska z masłem, sałatka makaronowa z filetem drobiowym. Owoc – jabłko.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni, soja**).
- Masło (**mleko**).
- Makaron (**gluten pszenny, jaja**), filet drobiowy, kukurydza, ogórek kiszony, papryka czerwona, majonez (**mleko**), natka pietruszki, przyprawy.
- Jabłko.

Pierwsze danie:

Zupa krem z buraka z prażonymi migdałami na wywarze warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, buraki, migdały (**orzechy**), przyprawy, natka pietruszki.

Koktajl z ogórka zielonego i szpinaku, rogal z miodem.

Składniki:

- Maślanka (**mleko**), ogórek zielony, szpinak.

- Rogal (**gluten pszenny, gluten żytni, jaja, soja, sezam**), miód.

Drugie danie:

Kotlet pożarski posypany siemieniem lnianym, ziemniaki z koperkiem, surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem i cebulką, woda z cytryną.

Składniki:

- Mięso drobiowe, bułka tarta (**gluten pszenny**), **jaja**, siemię lniane, przyprawy, cebula, olej.
- Ziemniaki, koper.
- Kapusta czerwona, jabłka, cebula, przyprawy, oliwa z oliwek.

Woda z cytryną.

Składniki:

- Cytryna.

Czwartek 14.05.2026

Śniadanie:

Zupa mleczna – kasza jaglana.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), kasza jaglana.

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, paprykarz, sałata lodowa, pomidor, rzodkiewka, biała rzepa do pochrupania.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni**).
- Masło (**mleko**).
- Makrela (**ryby**), ryż, sałata lodowa, pomidor, rzodkiewka, biała rzepa.

Pierwsze danie:

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

Składniki:

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

Gruszka pieczona w polewie czekoladowej z prażonymi migdałami, jogurt owocowy.

Składniki:

- Gruszka, margaryna (**mleko**), kakao, migdały (**orzechy**).
- Jogurt grecki (**mleko**), truskawki.

Drugie danie:

Zapiekanka ziemniaczana, kompot owocowy.

Składniki:

- Ziemniaki, mięso łopatka, passata, marchew, pietruszka, **seler**, por, mąka pszenna (**gluten pszenny**), **mleko**, cebula, olej, pomidory krojone, brokuły, ser żółty (**mleko**), olej, przyprawy.

Kompot owocowy.

Składniki:

- Mieszanka owocowa, cukier.

Piątek 15.05.2026

Śniadanie:

Kawa zbożowa.

Składniki:

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

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, sałatka jarzynowa, sałata, ogórek zielony. Półmisek z owocami – banan, ananas, pomarańcza.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni, soja**).
- Masło (**mleko**).
- Ziemniaki, marchew, por, pietruszka, **seler, jaja**, ogórek kiszony, kukurydza, natka pietruszki, majonez (**mleko**), sól, pieprz, sałata, ogórek zielony, banan, ananas, pomarańcza,

Pierwsze danie:

Zupa pomidorowa z makaronem na wywarze mięsno - warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, makaron (**gluten pszenny, jaja**), koncentrat pomidorowy, natka pietruszki, przyprawy.

Płatki ryżowe z sosem śliwkowym, herbatniki.

Składniki:

- **Mleko**, płatki ryżowe, śliwki.
- Herbatniki (**gluten pszenny**).

Drugie danie:

Paluszki rybne, ziemniaki z koperkiem, surówka colesław, woda z cytryną.

Składniki:

- Paluszki rybne (**ryby**), bułka tarta (**gluten pszenny**).
- Ziemniaki, koperek.
- Kapusta biała, marchewka, cebula, ananas, majonez (**mleko**), przyprawy.

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.