

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 25.05.2026 do 29.05.2026 r.	2
Poniedziałek 25.05.2026	2
Śniadanie	2
Pierwsze danie:	2
Drugie danie:	3
Wtorek 26.05.2026	4
Śniadanie:	4
Drugie danie:	5
Środa 27.05.2026	6
Śniadanie	6
Drugie danie:	7
Czwartek 28.05.2026	8
Śniadanie:	8
Pierwsze danie:	8
Drugie danie:	9
Piątek 29.05.2026	10
Śniadanie:	10
Pierwsze danie:	10
Drugie danie:	11
Legenda (objaśnienia):	12

Jadłospis obowiązujący od 25.05.2026 do 29.05.2026 r.

Poniedziałek 25.05.2026

Śniadanie

Zupa mleczna – kasza jaglana.

Składniki:

- **Mleko**, kasza jaglana.

Kanapki z pieczywa mieszanego, bułka grahamka z masłem, dżem niskosłodzony, półmisek z warzywami – sałata, ogórek zielony, marchewka, kalarepa, napar z kopru włoskiego.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni, soja**).
- Masło (**mleko**).
- Dżem niskosłodzony.
- Sałata, ogórek zielony, marchewka, kalarepa.

Pierwsze danie:

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

Składniki:

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

Deser w pucharkach, mleko.

Składniki:

- Banany, herbatniki (**gluten pszeniczny**), jogurt grecki (**mleko**), borówki.
- **Mleko.**

Drugie danie:

Łazanki z kapustą i kielbasą, kompot owocowy.

Składniki:

- Kielbasa krakowska, cebula, kapusta biała, kapusta kiszona, makaron łazanka (**gluten pszeniczny, jaja**), przyprawy, olej.

Kompot owocowy.

Składniki:

- Mieszanka owocowa, cukier.

Wtorek 26.05.2026

Śniadanie:

Kakao.

Składniki:

- Mleko (**mleko**), kakao.

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, wędlina, sałata, papryka czerwona, rzodkiewka. Owoc – jabłko.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni**).
- Masło (**mleko**)
- Wędlina, sałata, papryka czerwona, rzodkiewka, jabłko.

Pierwsze danie:

Zupa krem z białych warzyw z grzankami na wywarze warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Pietruszka, **seler**, kalafior, ziemniaki, grzanki (**gluten pszenny**), jogurt naturalny (**mleko**), przyprawy, natka pietruszki.

Koktajl z jabłka i szpinaku na maślance, wafle ryżowe z miodem.

Składniki:

- Maślanka (**mleko**), jabłka, szpinak.
- Wafle ryżowe, miód.

Drugie danie:

Gołąbek po poznańsku w sosie pomidorowym, ziemniaki z koperkiem, mini marchewki z wody, woda z cytryną.

Składniki:

- Ryż, mięso łopatką, biała kapusta, kaszaka manna (**gluten pszeniczny**), passata, cebula, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna (**gluten pszeniczny**), olej, przyprawy.
- Ziemniaki, koperk.
- Mini marchewki.

Woda z cytryną.

Składniki:

- Cytryna.

Środa 27.05.2026

Śniadanie

Zupa mleczna – kaszka kukurydziana.

Składniki:

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

Kanapki z pieczywa mieszanego, bułka wrocławska z masłem, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, pomidorki koktajlowe, rzodkiewka, sałata.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni, soja**).
- Masło (**mleko**).
- **Jaja**, szczypior, jogurt naturalny (**mleko**), pomidorki koktajlowe, rzodkiewka, sałata.

Pierwsze danie:

Zupa brukselkowa z ryżem na wywarze warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

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

Płatki owsiane z sosem malinowym, owoc - ananas.

Składniki:

- **Mleko**, płatki owsiane (**gluten owsiany**), maliny, cukier, ananas.

Drugie danie:

Filet drobiowy po parysku, ziemniaki z koperkiem, sałatka z buraczków, woda z cytryną.

Składniki:

- Mięso drobiowe, mąka pszenna (**gluten pszenny**), **jaja**, sól, olej.
- Ziemniaki, koperk.
- Buraczki, cebula, przyprawy, olej.

Woda z cytryną.

Składniki:

- Cytryna.

Czwartek 28.05.2026

Śniadanie:

Kawa zbożowa.

Składniki:

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

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pasta z makreli ze szczypiorkiem, sałata, kielki, ogórek kiszony, pomidor. Owoc – grejpfrut.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni**).
- Masło (**mleko**).
- Makrela (**ryby**), szczypior, sałata, kielki, ogórek kiszony, pomidor, grejpfrut.

Pierwsze danie:

Zupa z brokuł z makaronem na wywarze warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

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

Serek cytrynowy, herbatniki.

Składniki:

- Twarożek (**mleko**), cytryna, herbatniki (**gluten pszenny**).

Drugie danie:

Gulasz wieprzowy, kasza gryczana, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką, porą, i jabłkiem, kompot owocowy.

Składniki:

- Mięso łopatka, cebula, mąka pszenna (**gluten pszenny**), olej, przyprawy.
- Kasza gryczana.
- Kapusta pekińska, marchewka, por, jabłko, oliwa z oliwek, przyprawy.

Kompot owocowy.

Składniki:

- Mieszanka owocowa, cukier.

Piątek 29.05.2026

Śniadanie:

Zupa mleczna – kluski lane.

Składniki:

- **Mleko**, mąka pszenna (**gluten pszenny**), **jaja**.

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, twarożek z suszonymi pomidorami, sałata, papryka czerwona, marchewka do pochrupania, napar z lipy.

Składniki:

- Pieczywo pszenno-żytnie (**gluten pszenny, gluten żytni**).
- Masło (**mleko**).
- Twarożek (**mleko**), suszone pomidory, sałata, papryka czerwona, marchewka.

Pierwsze danie:

Zupa rybna na wywarze warzywnym z natką pietruszki.

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, morszczuk (**ryby**), pomidory, papryka czerwona, koncentrat pomidorowy, mąka pszenna (**gluten pszenny**), natka pietruszki, przyprawy.

Galaretka z bitą śmietaną i owocami, chrupki kukurydziane.

Składniki:

- Galaretka, śmietana (**mleko**), brzoskwinie, ananasy.
- Chrupki kukurydziane.

Drugie danie:

Naleśniki z twarożkiem, sos truskawkowy, woda z cytryną.

Składniki:

- **Mleko**, mąka pszenna (**gluten pszenny**), **jaja**, sól, cukier, olej.
- Twarożek (**mleko**), **mleko**, cukier, cukier waniliowy, truskawki.

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.