

# Jadłospis

30.09. - 13.10.2025r.

## Dn.30.09.2025 r. (wtorek)

Śniadanie: Chleb wieloziarnisty (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane, sezam**)<sup>(1,6)</sup> z **masłem**<sup>(7)</sup>, sałatą zieloną, jajkiem z tuńczykiem<sup>(3,4)</sup> (jajka, tuńczyk w kawałkach w sosie własnym, ogórek kwaszony, jabłko, szczypiorek). Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)<sup>(1)</sup> z **masłem**<sup>(7)</sup> **serem** żółtym<sup>(7)</sup> i pomidorem. Kawa zbożowa z **mlekiem**<sup>(7)</sup>. Gruszka.

Obiad: Zupa koperkowa z lanym ciastem na wywarze mięsnym (**pszenica, jajka, seler**)<sup>(1,3,9)</sup>. Ziemniaki puree (**mleko**)<sup>(7)</sup>, schab pieczony w sosie własnym, buraczki czerwone. Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Ciasto drożdżowe ze śliwkami (**mąka pszenna, jajka, mleko 2%**)<sup>(1,3,7)</sup>. Herbata z cytryną.

## Dn.01.10.2025 r. (środa)

Śniadanie: Musli na **mleku**<sup>(7)</sup>. Bułka kajzerka (**mąka pszenna i mąka żytnia**)<sup>(1)</sup> z **masłem**<sup>(7)</sup>, sałatą zieloną, **jajkiem**<sup>(3)</sup>, ogórkiem zielonym, rzodkiewką i szczypiorkiem (kanapki „Motylki”), chleb żytni pełnoziarnisty (**mąka pszenna, mąka żytnia, śruta sojowa, pełnoziarnista mąka żytnia, sól jęczmienny**)<sup>(1,6)</sup> z pastą twarogową (**ser twarogowy półtłusty**)<sup>(7)</sup> z **jogurtem naturalnym**<sup>(7)</sup>, miodem i prażonym słonecznikiem<sup>(7)</sup>. Herbata z cytryną. Jabłko.

Obiad: Zupa jarzynowa z pomidorami (**seler**)<sup>(9)</sup>.

Ryż na półsypko, klopsy wieprzowe w sosie pomidorowym (**jajka, mleko**)<sup>(3,7)</sup>, kapusta biała gotowana z koperkiem. Kompot z mieszanych owoców (7- składników). Gruszka

Podwieczorek: Pizza „Małego Pinokia” (**mąka pszenna, jajka, mleko 2%, drożdże, oliwa, papryka kolorowa, brokuły, cebula, czosnek, przecier pomidorowy, ser mozzarella, sól, pieprz, bazylia**)<sup>(1,3,7)</sup>. Herbata z cytryną. Jabłko.

## Dn.02.10.2025 r. (czwartek)

Śniadanie: Kajzerki (**mąka pszenna**)<sup>(1)</sup> z twarożkiem (**ser twarogowy półtłusty**) i **jogurtem naturalnym**<sup>(7)</sup> na słodko, chleb wieloziarnisty (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane, sezam**)<sup>(11)</sup> z **masłem**<sup>(7)</sup>, sałata zieloną, polędwicą wieprzową, pomidorem i rzodkiewką. Kawa z **mlekiem**<sup>(7)</sup>. Banan.

Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami (**mleko 2%, seler**)<sup>(7,9)</sup>.

Kasza perłowa na półsypko, ryba po grecku (**dorsz**)<sup>(3)</sup>, marchew, pietruszka, **seler**<sup>(9)</sup>, olej, pieprz, sok z cytryny), surówka (sałata zielona, papryka czerwona, pomidor, oliwa z oliwek, sok z cytryny, szczypiorek). Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)<sup>(1)</sup> z **masłem**<sup>(7)</sup>, sałatą zieloną, szynką drobiową, jajkiem, rzodkiewką, szczypiorkiem i pomidorem. Herbata rumiankowa. Śliwka.

## Dn.03.10.2025 r. (piątek)

Śniadanie: Płatki **owsiane**<sup>(1)</sup> na **mleku**<sup>(7)</sup>. Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna i mąka żytnia**)<sup>(1)</sup> z **masłem**<sup>(7)</sup>, sałatą zieloną, jajkiem, pomidorem i rzodkiewką/ Chleb z pasztetem „własnego wyrobu”<sup>(9)</sup> (wątróbka wieprzowa, łopatka wieprzowa, udko z kurczaka, **seler**, marchew, cebula, sól, pieprz, gałka muszkatołowa, imbir, czosnek) i ogórkiem kiszonym). Herbata z cytryną. Gruszka.

Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem (**mleko 2%, seler**)<sup>(7,9)</sup>.

Kluski leniwe<sup>(1,3,7)</sup> (**ser twarogowy półtłusty, mąka pszenna, jajka, bułka tarta, masło**), marchewka tarta z jabłkiem z dodatkiem **jogurtu naturalnego**<sup>(7)</sup> i pomarańczą. Woda z cytryną.

Podwieczorek: Bagietka (**mąka pszenna**)<sup>(7)</sup> zapiekana z kiełbasą krakowską, kukurydzą, serem żółtym i ketchupem, sałatka z sałaty zielonej, pomidora i rzodkiewki. Herbata. Jabłko.

## Dn.06.10.2025 r. (poniedziałek)

Śniadanie: Chleb staropolski z jajecznicą na mleku (**jajka, mleko**)<sup>(3,7)</sup> z pomidorem i szczypiorkiem. Bułka: Krzyska”<sup>(1)</sup> z **masłem**<sup>(7)</sup>, pasta z sera białego z rzodkiewką. Kawa z **mlekiem**<sup>(7)</sup>. Herbata z cytryną. Jabłko.

Obiad: Zupa z fasolą szparagową i ziemniakami (**mleko 2%, mąka pszenna, seler**)<sup>(1,7,9)</sup>

Kasza na półsypko, gulasz wieprzowy, surówka z kiszonej kapusty. Kompot.  
Podwieczorek: Koktajl owocowy z bananem (**jogurt naturalny**)<sup>(7)</sup>. Chrupki kukurydziane. Herbatka miętowa.

#### Dn.07.10.2025 r. (wtorek)

Śniadanie: Kakao naturalne na **mleku**<sup>(7)</sup>. Chleb razowy na zakwasie (**mąka pszenna i mąka żytnia**)<sup>(1)</sup> z pastą **twarożkową**<sup>(7)</sup> ze szczypiorkiem, chleb jurajski z nasionami (**mąka pszenna i mąka żytnia, płatki owsiane**)<sup>(1,11)</sup>, z **masłem**<sup>(7)</sup> sałatą zieloną, szynką wiejską i pomidorem. Jabłko.

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem (**mleko 2%, mąka pszenna, jajka, seler**)<sup>(1,7,9)</sup>

Ziemn. puree (**mleko 2%**)<sup>(7)</sup>, pałka z kurczaka w sezamie (**sezam**)<sup>(11)</sup>, surówka z kapusty pekińskiej.

Kompot. Gruszka.

Podwieczorek: Kanapka owocowa<sup>(1,7)</sup> ( chałka, serek homogenizowany, kiwi, jabłko, gruszka, banan, truskawka). Bułka zwykła (**mąka pszenna i mąka żytnia**)<sup>(1)</sup> z **masłem**<sup>(7)</sup>, szynka wieprzową gotowaną i ogórkiem zielonym. Herbatka miętowa.

#### Dn.08.10.2025 r. (środa)

Śniadanie: Płatki jaglane na mleku (**mleko**)<sup>(7)</sup>. Chleb wieloziarnisty (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane**)<sup>(1,6)</sup> z kielbasą krakowską i ogórkiem zielonym. Rogal (**mąka pszenna**)<sup>(1)</sup> z **serkiem** homogenizowanym<sup>(7)</sup> i dżemem 100% owoców. Herbata z cytryną. Jabłko.

Obiad: Zupa kalafiorowa z mąną i kuleczkami drobiowymi (**pszenica, jajka, seler**)<sup>(1,3,9)</sup>.

Ziemniaki puree (**mleko 2%**)<sup>(7)</sup>, paluszki rybne (**dorsz/halibut jajka, bułka tarta, płatki owsiane**)<sup>(1,3,4)</sup>, marchewka z groszkiem (**mleko**)<sup>(7)</sup>. Kompot.

Podwieczorek: Kajzerka (**mąka pszenna i mąka żytnia**)<sup>(1)</sup> z **masłem**<sup>(7)</sup> szynką z indyka, papryką czerwoną, sałatą zieloną. Herbata z cytryną. Śliwka.

#### Dn.09.10.2025 r. (czwartek)

Śniadanie: Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, mąka żytnia**)<sup>(1)</sup> z **masłem**<sup>(7)</sup>, kielbasą krakowską suchą i pomidorem. Kawa z mlekiem (**mleko 2%**)<sup>(7)</sup>. Chleb z pasztetem z królika i ogórkiem kiszonym. Gruszka.

Obiad: Żurek na maślanie z ziemniakami (**mąka żytnia razowa, maślanka naturalna, seler**)<sup>(1,7,9)</sup>.

Kluski parowe (**pszenica, mleko, jajka**)<sup>(1,3,7)</sup> z **jogurtem**<sup>(7)</sup> i musem truskawkowym. Kompot.

Podwieczorek: Bułka hot dog z parówką i ketchupem (**mąka pszenna**)<sup>(1)</sup>. Sałatka z pomidorów i **jogurtem**<sup>(7)</sup>. Herbata z cytryną. Śliwka.

#### Dn.10.10.2025 r. (piątek)

Śniadanie: Bułki graham (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane**)<sup>(1)</sup> z twarożkiem (**ser twarogowy półtłusty**) i **jogurtem naturalnym**<sup>(7)</sup>, rzodkiewką i szczypiorkiem, chleb baltonowski (**mąka pszenna, mąka żytnia**)<sup>(1)</sup> z szynką drobiową i pomidorem<sup>(3)</sup>. Kawa z **mlekiem**<sup>(7)</sup>. Banan.

Obiad : Barszcz ukraiński z ziemniakami (**seler**)<sup>(9)</sup>.

Ryż na półsypko, kurczak w warzywach. Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Placki drożdżowe na maślanie (**mąka pszenna, jajka, maślanka**)<sup>(1,3,7)</sup> z konfiturą truskawkową. Herbatka miętowa z cytryną.

#### Dn.13.10.2025 r. (poniedziałek)

Śniadanie: Kakao naturalne z mlekiem (**mleko 2%**)<sup>(7)</sup>. chleb wieloziarnisty (**mąka pszenna, mąka żytnia, płatki owsiane, sezam**)<sup>(1)</sup> pastą z dorsza (**dorsz, soczewica słonecznik, cytryna, olej i ogórek kiszony**)<sup>(4)</sup> Chleb żytni (**mąka żytnia**)<sup>(1)</sup> z **masłem**<sup>(7)</sup> z pastą twarogową (**ser twarogowy półtłusty**)<sup>(7)</sup> z **jogurtem naturalnym**<sup>(7)</sup> i rzodkiewką. Banan.

Obiad: Rosół z makaronem (**mąka pszenna, jajka, seler**)<sup>(1,3,9)</sup>.

Ziemn. puree (**mleko**)<sup>(7)</sup>, potrawka z wołowiny, marchewka z groszkiem (**mleko**)<sup>(7)</sup>. Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Budyń domowy o smaku waniliowym( mąka pszenna, mleko)<sup>(1,7)</sup>. Truskawka. Ciastka owsiane ze słonecznikiem (wyrób własny). Herbatka miętowa z cytryną.

**Oznaczenie alergenów:** 1- zboża zawierające gluten, 3- jajka i produkty pochodne, 4- ryby i produkty pochodne, 6- soja i produkty pochodne, 7- mleko i produkty mleczne, 9- seler zwyczajny, 10- gorczyca, 11- nasiona sezamu.