

Jadłospis

14.10.-28.10.2025r.

Dn.14.10.2025 r. (wtorek)

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

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem (**mleko 2%, mąka pszenna, jajka, seler**)^(1,7,9)
Ziemniaki puree z koperkiem⁽⁷⁾ (**mleko 2%**), kotlet siekany z piersi kurczaka, bukiet warzyw z masłem. Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Placki drożdżowe na maślanec (**mąka pszenna, jajka, maślanka**)^(1,3,7) z konfiturą truskawkową. Herbata miętowa z cytryną.

Dn.15.10.2025r.(środa)

Śniadanie: Kasza manna na **mleku**⁽⁷⁾. Chleb baltonowski z **masłem**⁽⁷⁾. Jajecznica na **mleku**^(3,7) z pomidorem i szczypiorkiem. Chleb razowy ze słonecznikiem (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałata zieloną, schabem pieczonym z rękawa i papryką czerwoną. Herbata. Banan.

Obiad: Zupa jarzynowa z ziemniakami zabieleną (**mleko 2%, seler**)^(7,9).

Pierogi z serem (**mąka pszenna, jajka, mleko 2 %**)^(1,3,7) i musem truskawkowym. Kompot.

Podwieczorek: Bułka zwykła z **masłem**⁽⁷⁾ i pomidorem. Parówka na ciepło z ketchupem (**mąka pszenna**)⁽¹⁾. Herbata z cytryną. Jabłko.

Dn.16.10.2025 r. (czwartek)

Śniadanie: Kakao (**mleko 2%**)⁽⁷⁾. Bułka graham z twarogiem (**ser twarogowy półtłusty**) i jogurtem naturalnym⁽⁷⁾, rzodkiewką i szczypiorkiem. Chleb baltonowski (**mąka pszenna i mąka żytnia**) z **masłem**⁽⁷⁾ szynką wieprzową i pomidorem. Herbata z cytryną. Jabłko.

Obiad: Zupa ogórkowa z ryżem (**mleko 2%, seler**)^(7,9).

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

Podwieczorek: Kanapki „Motylki”^(1,3,7) (bułka kajzerka, masło, sałata zielona, jajka, rzodkiewka, ogórek zielony, papryka czerwona, szczypiorek). Herbatka miętowa. Gruszka.

Dn.17.10.2025 r. (piątek)

Śniadanie: Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, **jajkiem**⁽³⁾ gotowanym, rzodkiewką, papryką czerwoną i szczypiorkiem. Herbata z cytryną. Jabłko.

Obiad: Zupa brokułowa z ziemniakami (**mleko 2%, seler**)^(7,9).

Kasza jęczmienna na półsypko, gulasz wieprzowy w sosie własnym, sałatka z kiszonych ogórków. Kompot

Podwieczorek: Ciasto drożdżowe ze śliwkami^(1,3,7) (**mąka, jajka, mleko**) Herbata z „dzikiej róży”. Mandarynka.

Dn.20.10.2025 r. (poniedziałek)

Śniadanie: Płatki **owsiane**⁽¹⁾ na **mleku**⁽⁷⁾. Chleb pszenno-żytni(**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałatą zieloną, szynką drobiową i pomidorem. Chleb jurajski z nasionami (**mąka pszenna, mąka żytnia, śruta sojowa, pełnoziarnista mąka żytnia, sól jęczmienny**)^(1,6) z pastą twarogową (**ser twarogowy półtłusty**)⁽⁷⁾ z jogurtem naturalnym⁽⁷⁾, miodem i prażonym słonecznikiem⁽⁷⁾. Banan.

Obiad: Zupa jarzynowa z pomidorami (**seler**)⁽⁹⁾.

Spaghetti z wołowiną w sosie pomidorowym i papryką. Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Mini pizza (**mąka pszenna, mleko 2%**, pieczarka, cebula, ser parmezan, koncentrat pomidorowy, olej, drożdże)^(1,7). Herbata z cytryną. Gruszka.

Dn.21.10.2025 r. (wtorek)

Śniadanie: Kawa zbożowa z mlekiem (**mleko**)^(1,7). Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, kielbasą krakowską suchą i pomidorem. Chleb z pastą z szynki mielonej i pomidora. Gruszka.

Obiad: Zupa grochowa (**seler**)⁽⁹⁾.

Naleśniki (**pszenica, mleko, jajka**)^(1,37) z **serem**⁽⁷⁾ i musem truskawkowym. Kompot. Mandarynka.

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

Dn. 22.10.2025 r. (**środa**)

Śniadanie: Zacierki na mleku (**mąka pszenna, jajka, mleko**)^(1, 3,7). Chleb baltonowski z **masłem**⁽⁷⁾ sałatą zieloną, szynką drobiową, pomidorem i szczypiorkiem. Chleb graham(**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ z serem żółtym⁽⁷⁾ i ogórkiem zielonym. Jabłko.

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem (**mleko 2%, seler**)^(7,9)

Ziemn. puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, ryba z pieca (**dorsz**)⁽⁴⁾, mini marchewki z **masłem**⁽⁷⁾. Kompot.

Podwieczorek: Kanapki „Motylki”^(1,3,7) (bułka kajzerka, masło, sałata zielona, jajka, rzodkiewka, ogórek zielony, papryka czerwona, szczypiorek). Kiwi.

Dn. 23.10.2025 r. (**czwartek**)

Śniadanie: Jajecznica na mleku (**jajka, mleko**)^(3,7) z pomidorem i szczypiorkiem, chleb pszenno-żytni(**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ Chleb jurajski z nasionami (**mąka żytnia, mąka pszenna**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, szynką drobiową i pomidorem. Kawa z **mlekiem**⁽⁷⁾. Banan.

Obiad: Ciasto lane na rosole (**mąka pszenna, jajka, seler**)^(1,3,9).

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

Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Koktajl z banana (**jogurt naturalny**)⁽⁷⁾. Biszkopcy. Herbatka miętowa z cytryną.

Dn.24.10.2025 r. (**piątek**)

Śniadanie : Płatki jaglane na **mleku**. Bułka wrocławska (**mąka pszenna**)⁽¹⁾ z twarożkiem (**ser twarogowy półtłusty**) i **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾, i miodem. Chleb razowy ze słonecznikiem (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałatą zieloną, szynką drobiową i pomidorem. Herbata. Banan.

Obiad: Barszcz ukraiński (**mleko 2%, masło, seler, cebula, marchew, pietruszka, burak czerwony, mięso z ud kurczaka, kapusta włoska, fasola konserwowa biała, pomidory w puszcze**)^(7,9).

Ziemniaki puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, kotlet mielony (**jajka**)⁽³⁾, fasolka zielona z **masłem**⁽⁷⁾. Woda. Jabłko.

Podwieczorek: Kanapka owocowa (**chalka, serek waniliowy, kiwi, jabłko, gruszka, banan**)^(1,7). Napój z miodem i cytryną.

Dn.27.10.2025 r. (**poniedziałek**)

Śniadanie: Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾, sałatą zieloną szynką wieprzową i pomidorem. Bułka swojska pastą z makreli wędzonej (**makreła wędzona, jajka, ogórek kiszony, koper zielony, natka pietruszki, majonez**)^(3,4). Kawa zbożowa na **mleku**⁽⁷⁾. Gruszka.

Obiad: Żurek na maślanec z ziemniakami (**mąka żytnia razowa, maślanka naturalna, seler**)^(1,7,9).

Ryż na półsypko z tartym jabłkiem i cynamonem. Kompot 7-składnikowy.

Podwieczorek: Bułka kajzerka (**mąka pszenna**) z **masłem**^(1,7), szynką z indyka, papryką czerwoną, sałatą zieloną Herbata z cytryną. Kiwi.

Dn.28.10.2025 r. (**wtorek**)

Śniadanie: Chleb baltonowski (**mąka pszenna i mąka żytnia**)⁽¹⁾ z **masłem**⁽⁷⁾ szynką z indyka, pomidorem i szczypiorkiem. Chleb słonecznikowy (**mąka pszenna i mąka żytnia, słonecznik**)⁽¹⁾ z twarożkiem (**ser twarogowy półtłusty**) i **jogurtem naturalnym**⁽⁷⁾, szczypiorkiem i rzodkiewką. Płatki owsiane na **mleku**⁽⁷⁾. Herbata owocowa. Gruszka.

Obiad: Krupnik z kaszy (seler)⁽⁹⁾.

Ziemniaki puree (**mleko 2%**)⁽⁷⁾, filet z ryby (**dorsz**)⁽³⁾, surówka (sałata zielona, papryka czerwona, pomidor, oliwa z oliwek, sok z cytryny, szczypiorek). Kompot. Jabłko.

Podwieczorek: Bułka kajzerka (**mąka pszenna**) z **masłem**^(1,7), pastą jajeczną^(3,7) (**jajka, majonez, jogurt naturalny, szczypiorek, pieprz, papryka czerwona mielona**)^(3,7). Herbatka z kopru włoskiego. Mandarynka.

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.