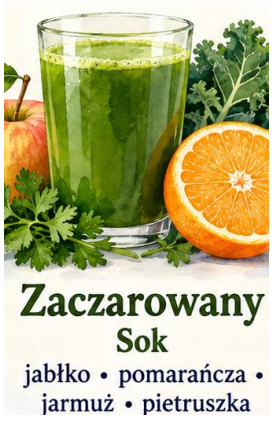

Jadłospis 12.10-16.10.2026

Data	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
12.10.2026 poniedziałek	Kawa zbożowa z mlekiem / Herbata z cytryną Rogal z masłem, dżem truskawkowy / powidła śliwkowe Pieczywo mieszane, masło, kurczak pieczony, pomidor, sałata Świeża marchewka alergeny: gluten, mleko, jaja, soja	Warzywna zupa z fasolką, kalafiorem i makaronem świderki pełnoziarnistym (na wywarze warzywnym) zabielana jogurtem śmietankowym (bez laktozy) Leniwe z sosem z truskawek. Maliny Kompot wieloowocowy alergeny: gluten, jaja, mleko, seler	Herbata Pieczywo mieszane, masło, polędwica drobiowa/ ser żółty, sałata, świeży ogórek Wafle ryżowe Owoc: Jabłko alergeny: gluten, mleko, soja
13.10.2026 wtorek	Herbata z cytryną. Pieczywo mieszane, masło, kiełbasa krakowska, sałata / kolorowy twarożek: biały twaróg, ogórek zielony, rzodkiewka, szczypiorek Owoc: Gruszka alergeny: gluten, mleko, soja	Zupa pomidorowa z ryżem Pieczony filet z piersi kurczaka , ziemniaki, warzywa gotowane na parze (kalafior, brokuł, kolorowa marchew) Naturalny sok owocowo-warzywny (jabłko, pomarańcza, jarmuż, pietruszka) alergeny: seler, mleko	Herbata - mięta Kasza kuskus z rodzynkami, suszonymi śliwkami i skórką z pomarańczy zalana mlekiem Bułka z ziarnem, masło, ser żółty, sałata Owoc: Pomarańcze alergeny: gluten, mleko
14.10.2026 środa	Kasza manna na mleku / Herbata Pieczywo mieszane, masło, polędwica drobiowa, pomidor, kolorowa papryka, sałata / pasta jajeczna, szczypiorek Owoc: Maliny alergeny: gluten, mleko, jaja, soja	Zupa grecka z czerwoną soczewicą i pomidorami (na wywarze warzywnym) Placuszki z jabłkami Lemoniada cytrynowa alergeny: gluten, seler, mleko, jaja	Herbata Zapiekana angielka z polędwicą sopocką i tartym serem cheddar, ketchup. Owoc: Śliwki alergeny: gluten, soja, mleko
15.10.2026 czwartek	Płatki kukurydziane z mlekiem Herbata z cytryną Pieczywo mieszane, masło, szynka wieprzowa, rzodkiewka, świeży ogórek, roszponka/ serek lekki grani Kalarepa / Kiwi alergeny: gluten, mleko, soja	Krupnik z kaszą jęczmienną, warzywami i ziemniakami Gulasz wieprzowy, szpecle szpinakowe, kiszony ogórek Kompot wiśniowy alergeny: gluten, seler, jaja	Herbata Kisiel malinowy z tartym jabłkiem Angielka / Chleb razowy, masło, kabanos drobiowy/ ser żółty, pomidor, roszponka Owoc: Brzoskwinia alergeny: gluten, mleko
16.10.2026 piątek	Herbata Pieczywo mieszane, masło, polędwica sopocka / jajecznica na maśle, szczypiorek , pomidor Owoc: Banan alergeny: gluten, mleko, soja, jaja	Zupa neapolitańska z warzywnym makaronem świderki Ryba pieczona, ziemniaki, surówka z białej kapusty ze świeżym ogórkiem i rzodkiewką Lemoniada cytrynowa alergeny: gluten, seler, mleko, ryba	Herbata owocowa Grahamka z masłem Koktajl owocowo-kefirowy (kefir, truskawki, banan, płatki owsiane, cynamon) Chrupki kukurydziane alergeny: gluten, mleko