

 13.04.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Chleb **pszenno-żytni** 32 g

Szynka z indyka 20 g

Salata masłowa 20 g

Pomidor 15 g

Papryka żółta 15 g

Masło ekstra (z **mleka**) 8 g

Herbata z cytryną 180 ml

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Śniadanie II

Woda 150 ml

Mandarynki 50 g

Obiad

Zupa ogórkowa z ryżem 250 ml

Składniki: woda, ogórek kiszony, mięso z podudzia indyka, bez skóry, ryż biały, marchew, śmietanka 30% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, masło ekstra (z **mleka**), pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała

Pierogi z serem 150 g

Składniki: pierogi z białym serem (**pszenica**, **jajka**), masło ekstra (z **mleka**)

Surówka z marchewki i brzoskwini 50 g

Składniki: marchew, brzoskwinia w syropie, cytryna

Kompot owocowy 180 ml

Składniki: woda, mieszanaka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Rogal maślany z masłem 40 g

Składniki: bułki i rogalce **pszenne** maślane, masło ekstra (z **mleka**)

Ogórek zielony słupki 50 g

Składniki: ogórek

Kakao 180 ml

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Energia: 1085 kcal

 14.04.2026

Wtorek

Śniadanie

Chleb **pszenno-żytni** 16 g

Jajko gotowane 20 g

Składniki: **jaja** kurze całe

Papryka czerwona 15 g

Masło ekstra (z **mleka**) 4 g

Kasza manna na mleku 200 ml

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**)

Śniadanie II

Woda 150 ml

Jabłko 50 g

Obiad

Zupa cebulowa z makaronem 250 ml

Składniki: woda, cebula, mięso z podudzia indyka, bez skóry, makaron **pszenny** dwujajeczny, gotowany, pietruszka, korzeń, marchew, **seler** korzeniowy, śmietanka 30% (z **mleka**), koperek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól biała

Kostka z fileta mintaja 80 g

Składniki: **mintaj** w panierce, olej rzepakowy

Pure ziemniaczane 100 g

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**)

Surówka z białej kapusty colesław 70 g

Składniki: kapusta pekińska, marchew, koperek, olej rzepakowy, miód pszczeli, cytryna, musztarda (**gorczyca**)

Kompot śliwkowy 180 ml

Składniki: woda, śliwki, cukier

Podwieczorek

Budyń waniliowy 150 g

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, budyń w proszku

Ananas 40 g

Energia: 958 kcal

Energia: 779 kcal

 15.04.2026

Środa

Śniadanie

Chleb **pszenno-żytni** 32 g

Ser twarogowy 25 g

Składniki: ser twarogowy tłusty (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), miód pszczeli

Kakao 180 ml

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Śniadanie II

Woda 150 ml

Marchewka słupki 50 g

Składniki: marchew

Obiad

Barszcz ukraiński z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, skrzydło indyka, śmietanka 30% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, koncentrat barszczu czerwonego (**seler**), natka pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól biała

Poledwiczki wieprzowe w sosie własnym 100 g

Składniki: wieprzowina poledwica, woda, olej rzepakowy, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, pieprz, sól morsa drobnoziarnista

Kasza **jęczmienna**, perłowa, gotowana 50 g

Fasolka szparagowa z wody, z masłem 70 g

Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, masło ekstra (z **mleka**)

Kompot porzeczkowy 180 ml

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

Podwieczorek

Galaretka owocowa z musem truskawkowym 140 g

Składniki: woda, galaretka owocowa, w proszku, truskawki, mrożone

Biszkopty (**pszenica**, **jajka**, **mleko**) 15 g

Energia: 779 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.

 16.04.2026

Czwartek

Śniadanie

Chleb **pszenno-żytni** 32 g

Pasta z pstrąga wędzonego ze szczypiorkiem 30 g

Składniki: **pstrag** wędzony, **jaja** kurze całe, ogórek kiszony, szczypiorek, masło ekstra (z **mleka**)

Mleko 200 g

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, cukier

Śniadanie II

Woda 150 ml

Gruszka 50 g

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem 250 ml

Składniki: woda, mięso z podudzia indyka, bez skóry, marchew, ryż biały, koncentrat pomidorowy, 30%, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietanka 30% (z **mleka**), natka pietruszki, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała

Kotlet pożarski 60 g

Składniki: mięso z udźca indyka, bez skóry, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszenica**), bułki **pszenne** zwykle

Puree ziemniaczane 100 g

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**)

Mizeria z jogurtem naturalnym 65 g

Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), śmietana 12% (z **mleka**)

Kompot jabłkowy 180 ml

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

Drożdżówka z serem (**pszenica**, **jajka**, **mleko**) 50 g

Woda z cytryną i miodem 150 ml

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Energia: 999 kcal

 17.04.2026

Piątek

Śniadanie

Chleb **pszenno-żytni** 32 g

Ser edamski tłusty (z **mleka**) 20 g

Salata masłowa 20 g

Ogórek kiszony 15 g

Rzodkiewka 20 g

Masło ekstra (z **mleka**) 8 g

Kawa zbożowa na mleku 200 ml

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**), cukier

Śniadanie II

Woda 150 ml

Ananas 50 g

Obiad

Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami 250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona, skrzydło indyka, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, cebula, czosnek, koperek, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, koncentrat pomidorowy, 30%, sól biała

Makaron z sosem truskawkowym 180 g

Składniki: makaron **pszenny** dwujajeczny, truskawki, mrożone, śmietana 12% (z **mleka**), cukier

Marchewka słupki 50 g

Składniki: marchew

Kompot wieloowocowy z porzeczką 180 ml

Składniki: śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, porzeczki czarne, mrożone, cukier

Podwieczorek

Banan 120 g

Energia: 849 kcal



UWAGA: Jadłospis może ulec zmianie