

📅 01.06.2026 **Poniedziałek**

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Ser edamski tłusty (z mleka)****Sałata masłowa****Ogórek kiszony****Rzodkiewka****Masło ekstra (z mleka)****Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Śniadanie II

Woda**Marchewka słupki**

Składniki: marchew

Obiad

Zalewajka z kiełbasąSkładniki: woda, ziemniaki, zakwas na żurek (**żyto**), kiełbasa głogowska, śmietanka 30% (z **mleka**), cebula, olej rzepakowy, czosnek, majeranek, sól biała**Naleśniki z twarogiem i sosem****truskawkowym**Składniki: maślanka 1,5 % (z **mleka**), ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, truskawki, mrożone, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), **jaja** kurze całe, cukier, olej rzepakowy**Kompot śliwkowy**

Składniki: śliwki, cukier

Podwieczorek

Lody w kubku (jajka, soja, mleko, orzechy, sezam)

Energia: 1035 kcal

📅 02.06.2026 **Wtorek**

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Pomidor****Papryka żółta****Masło ekstra (z mleka)****Płatki kukurydziane na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, płatki kukurydziane

Śniadanie II

Woda**Truskawki**

Obiad

Zupa koperkowa z ryżem na udźcu z indykaSkładniki: woda, koperek, ryż biały, marchew, mięso z podudzia indyka, bez skóry, pietruszka, korzeń, śmietanka 30% (z **mleka**), **seler** korzeniowy, por, masło ekstra (z **mleka**), pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, sól biała**Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym**Składniki: wieprzowina łopatką, bułki **pszenne** zwykłe, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, **jaja** kurze całe, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy**Makaron kokardki (pszenica, soja)****Sałata lodowa z jogurtem naturalnym**Składniki: sałata, śmietana 12% (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**)**Kompot porzeczkowy**

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

Podwieczorek

Drożdżówka z serem (pszenica, jajka, mleko)**Woda z cytryną i miodem**

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Energia: 964 kcal

📅 03.06.2026 **Środa**

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Szynka z indyka****Sałata masłowa****Jajko gotowane**Składniki: **jaja** kurze całe**Papryka czerwona****Masło ekstra (z mleka)****Kawa zbożowa na mleku**Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto, jęczmień**), cukier

Śniadanie II

Woda**Arbuz**

Obiad

Zupa pomidorowa z makaronemSkładniki: woda, mięso z podudzia indyka, bez skóry, marchew, makaron **pszenny** dwujajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietanka 30% (z **mleka**), natka pietruszki, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, sól biała**Kotlet z morszczuka**Składniki: **morszczuk** mrożony, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, baton **pszenny**, cebula, pieprz cytrynowy (**jajka, soja, mleko, orzechy, seler, gorczyca**)**Pure ziemniaczane**Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**)**Mizeria z jogurtem naturalnym**Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), śmietana 12% (z **mleka**)**Kompot jabłkowy**

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

Truskawki

Energia: 821 kcal

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez **podkreślenie**.**Dzień wolny**📅 05.06.2026 **Piątek**

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni**Pasta z makreli w sosie****pomidorowym**Składniki: filet z **makreli** w sosie pomidorowym, ogórek kiszony, **jaja** kurze całe, szczypiorek, masło ekstra (z **mleka**)**Herbata z cytryną**

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Śniadanie II

Woda**Gruszka**

Obiad

Zupa kalafiorowaSkładniki: woda, kalafior, ziemniaki, marchew, mięso z podudzia indyka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, śmietanka 30% (z **mleka**), por, koperek, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, sól biała**Ryż tajony z musem jabłkowym**Składniki: jabłko, ryż biały, woda, **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, cukier, cynamon**Kompot owocowy**

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Actimel (z mleka)**Marchewka słupki**

Składniki: marchew

Energia: 710 kcal

