

📅 13.07.2026

Poniedziałek

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Szynka z piersi kurczaka

Salata masłowa

Papryka czerwona

Masło ekstra (z mleka)

Mleko

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

Śniadanie II

Woda

Arbuz

Obiad

Zupa ogórkowa z ryżem

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

Knedle z truskawką

Składniki: knedle z truskawką (pszenica, jaja, mleko), masło ekstra (z mleka)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanaka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Actimel (z mleka)

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Energia: 848 kcal

📅 14.07.2026

Wtorek

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Pasta z dorsza wędzonego ze szczypiorkiem

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

Kawa zbożowa na mleku

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

Śniadanie II

Woda

Brzoskwinia

Obiad

Zupa cebulowa z makaronem

Składniki: woda, cebula, makaron pszenny dwujajeczny, gotowany, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, śmietanka 30% (z mleka), masło ekstra (z mleka), koperek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól biała

Pałka z kurczaka

Składniki: podudzie z kurczaka ze skórą, papryka czerwona, sól morską drobnziarnista, pieprz

Pure ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z mleka)

Marchewka mini

Składniki: mini marchewki, masło ekstra (z mleka)

Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

Drożdżówka z serem (pszenica, jaja, mleko)

Soczek owocowy

Energia: 988 kcal

📅 15.07.2026

Środa

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Ser edamski tłusty (z mleka)

Pomidor

Rzodkiewka

Masło ekstra (z mleka)

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Śniadanie II

Woda

Jabłko

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza jęczmienna, perłowa, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, skrzydło indyka, natka pietruszki, koperek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała

Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą

Składniki: kielbasa gęłowska, makaron pszenny bezjajeczny, kapusta kiszona, cebula, olej rzepakowy, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól morską drobnziarnista

Kompot śliwkowy

Składniki: woda, śliwki, cukier

Podwieczorek

Baton pszenny z masłem

Składniki: baton pszenny, masło ekstra (z mleka)

Ogórek zielony słupki

Składniki: ogórek

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Energia: 888 kcal

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

📅 16.07.2026

Czwartek

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Ogórek zielony

Papryka żółta

Parówki z szynki 90% (jaja, soja, mleko, seler, gorczyca)

Kecup

Masło ekstra (z mleka)

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Śniadanie II

Woda

Kiwi

Obiad

Zupa jarzynowa z ryżem

Składniki: woda, marchew, ryż biały, śmietana 18% (z mleka), pietruszka, korzeń, koperek, masło ekstra (z mleka), seler korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kotlet z morszczuka

Składniki: morszczuk mrożony (ryba), bułka tarta (pszenica), olej rzepakowy, jaja kurze całe, baton pszenny, cebula, pieprz cytrynowy (jaja, soja, mleko, orzechy, seler, gorczyca)

Pure ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z mleka)

Salata lodowa z jogurtem naturalnym

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

Kompot truskawkowy

Składniki: woda, truskawki, mrożone, cukier

Podwieczorek

Jogurt truskawkowy, 1,5% tłuszczu (z mleka)

Ananas

Energia: 834 kcal

📅 17.07.2026

Piątek

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni

Jajko gotowane

Składniki: jaja kurze całe

Ogórek kiszony

Rzodkiewka

Masło ekstra (z mleka)

Kawa zbożowa na mleku

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

Śniadanie II

Woda

Jabłko

Obiad

Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami

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 świderki z serem białym

Składniki: ser twarogowy tłusty (z mleka), makaron pszenny bezjajeczny, masło ekstra (z mleka), cukier

Kompot wieloowocowy z porzeczką

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

Podwieczorek

Mus owocowy

Energia: 906 kcal



UWAGA: Jadłospis może ulec zmianie