



JADŁOSPIS

PONIEDZIAŁEK 14.07.2025

ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, parówki drobiowe 70g, ketchup, marchewka
Składniki: mięso z piersi kurczaka 74%, mięso wieprzowe 14%, woda, białka **mleka**

- Herbata słodzona z cytryną 150ml

OBIAD (ZUPA + DRUGIE DANIE)

- Zupa owocowa z **makaronem** 250ml
Składniki: owoce, **makaron**, cukier, przyprawy

- Tortelloni z sosem serowym 180 g
Składniki: makaron tortelloni (**mąka** z **pszenicy** durum, woda, szpinak, **ser** ricotta, **jaja**, **ser** mozzarella, sól, przyprawy, pomidory koktajlowe, kalafior romanesko, **śmietanka** 6%

- Kompot wieloowocowy 150 ml

- Brzoskwinia 70g

PODWIECZOREK

WTOREK 15.07.2025

ŚNIADANIE

- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, wędlina drobiowa 20g, **jajko** gotowane 20g, sałata, ogórek, szczypior, pomidor, rzodkiewka, kiełki
Składniki: mięso drobiowe, woda, sól, **białko** drobiowe, przyprawy

- Herbata owocowa 150 ml

- Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty 250ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, kapusta słodka, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), przyprawy

- Kotlet pożarski 80 g i ziemniaki 100g
Składniki: ziemniaki, mięso drobiowe, **jajka**, olej rzepakowy, przyprawy

- Sałata lodowa ze śmietaną 100g
Składniki: sałata lodowa, **śmietana** 12%, przyprawy

- Lemoniada 150 ml

PODWIECZOREK

- Suszone chipsy jabłkowe o smaku mango 12g
Składniki: jabłko, sok z mango bez dodatku cukru

ŚRODA 16.07.2025

ŚNIADANIE

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

PODWIECZOREK

CZWARTEK 17.07.2025

ŚNIADANIE

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

PODWIECZOREK

PIĄTEK 18.07.2025

ŚNIADANIE

OBIAD

(ZUPA + DRUGIE DANIE)

PODWIECZOREK

- Pieczywo mieszane 50g (**gluten**) z masłem 10g, pasta rybna pomidorowa 40g, ogórek kiszony
Składniki: **tuńczyk** w oleju, makrela w pomidorach, **jajko**, koncentrat pomidorowy, masło, cebula, przyprawy
- Herbata lipowa 150ml
- Zupa gołąbkowa 250 ml
Składniki: woda, ryż, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), łąpatka, kapusta biała, cebula, koncentrat pomidorowy, pomidory w puszcze, przyprawy
- Bitki wieprzowe 80g w sosie pieczeniowym 60g z kluskami śląskimi 100g
Składniki: bitki (łopatka wieprzowa, cebula, mąka **pszenna**, przyprawy, olej), kluski śląskie (ziemniaki, mąka **pszenna**, **jajko**, przyprawy)
- Warzywa letni ogród 100g
Składniki: mieszanka warzyw gotowanych, marchew, kalarepa, brokuł, cebula, przyprawy
- Kompot wieloowocowy 150 ml
- Serek homogenizowany 120 g
Składniki: **mleko**, cukier, **mleko** zagęszczone odtłuszczone, owoce, żywe kultury bakterii
- Pieczywo mieszane (**gluten**) 50g z masłem 10g, wędlina drobiowa 20g, **serek** ze szczypiorkiem 10g, sałata, ogórek, szczypior, pomidor, rzodkiewka, kiełki
Składniki: wędlina (schab wieprzowy, sól, białka sojowe, przyprawy (gorczyca)), serek (**ser** twarogowy, cebula, sól, czosnek suszony, szczypior suszony, przyprawy)
- Herbata owocowa 150ml
- Zupa grochowa z ziemniakami 250 ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), groch suchy, kiełbasa śląska, olej rzepakowy, czosnek, cebula, przyprawy
- Filet pieczony z kurczaka 80g w sosie paprykowym 60g i ryżem na sypko 100g
Składniki: ryż, filet (mięso z kurczaka, olej rzepakowy, przyprawy), sos (masło, przyprawa paprykowa, mąka **pszenna**, **śmietana**)
- Surówka z kapusty z koprem 100g
Składniki: biała kapusta, cebula, koper, olej rzepakowy, sok cytrynowy, przyprawy
- Woda 150 ml
- Śliwka 70g
- Pieczywo mieszane / bułka pszenna (**gluten**) 50g z masłem 10g, płatki śniadaniowe o smaku czekoladowym na **mleku** 150 g, dżem niskosłodzony 10g
- Herbata owoce leśne 150ml
- Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 250ml
Składniki: woda, bulion mięsny (woda, mięso drobiowe), ziemniaki, buraki, włoszczyzna (marchew, por, korzeń pietruszki, **seler**), boczek, czosnek, cebula, **śmietana** 12 %, przyprawy
- Paluszek **rybny** 80g z ziemniakami puree 100g
Składniki: ziemniaki, **mleko**, masło, **miruna**, bułka tarta **pszenna**, **jaja**, przyprawy, olej rzepakowy
- Surówka z kapusty pekińskiej 100g
Składniki: kapusta pekińska, kukurydza, papryka, ogórek, przyprawy, pietruszka, olej, **jaja**, musztarda (**gorczyca**)
- Kompot wieloowocowy 150 ml
- Mus jabłkowy 100g
Składniki: przecier jabłkowy 100%. Produkt może zawierać **seler**, **gorczycę**, **sezam**