

Jadłospis

21.09 - 25.09.2026

	Śniadanie - składniki	Obiad - składniki	Podwieczorek - składniki
Poniedziałek 21.09.2026	<u>Kawa mleczna 250g</u> (mleko z laktoza2%,żyto, jęczmień) <u>Chleb razowy 40g</u> (gluten pszenny, gluten żytni, woda, drożdże, sól) <u>Masło zambrowskie 5g</u> (śmietanka, masło, serwatka, emulgatorE-47,sól, barwnik) <u>połedwica sopocka 20g</u> (pol.wieprz.71%,woda ,sól, błonnik pszenny białko sojowe, wzmacniacz smaku, substancja .konserw. .azotyn soduE250, cytrynian soduE331) <u>Humus klasyczny 5g</u> <u>Ogórek kiszony 10g, papryka 5g</u> <u>pomidor 10g, sałata 5g</u>	<u>Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem na wywarze warzywnym 250g</u> (woda, szczaw konserwowy ,ziemniaki, jaja, marchew, pietruszka, seler ,por, śmietana12%) <u>Strogonow z warzywami ,makaronem pełnoziarnistym 150g</u> (mięso wieprzowe b/k, papryka św., pieczarka, marchew, ,pietruszka, seler, por ,cebula, kukurydza, fasola czerwona, makaron 4 jajeczny: skład mąka pszenna, mąka razowa, jaja w proszku), koncentrat pomidorowy) <u>Jogurt do picia 250g</u>	<u>Chąłka drożdżowa 40g</u> (mąka pszenna typ 550, jaja, margaryna ,cukier ,drożdże, mleko, sól) <u>Napój owsiany 150ml</u>
Wtorek 22.09.2026	<u>Płatki kukurydziane na mleku 250g</u> (grys kukurydziany ,cukier ,sól , regulator kwasowości(fosforany sodu),melasa, substancje wzbogacające witaminy(B3,B5,B2,B6,B9),może zawierać orzeszki ziemne i orzechy) <u>Bułka angelka 40g</u> (gluten pszenny, drożdże, woda, sól) <u>Masło zambrowskie 5g</u> (śmietanka, masło, serwatka, emulgatorE-47,sól, barwnik) <u>Twarożek 20g</u> (mleko, śmietanka, kultury bakterii) <u>Dżem porzeczkowy 5g</u>	<u>Zupa grochowa z ziemniakami na wywarze mięsnym 250g</u> (woda, groch, ziemniaki, marchew, pietruszka , seler, por, ćwiartka z kurczaka, porcja rosółowa, kielbasa podwawelska-skład: mięso wieprz. 67,mięso wol.8%,skórki wieprzowe, tłuszcz wieprzowy, skrobia wieprzowa, skrobia ziemniaczana .sól ,substancja konserw, boczek wędzony) <u>Pierogi z serem i polewą śmietanowo- jogurtową 180g</u> (jaja, gluten pszenny, ser biały , jogurt grecki, śmietana 12%, cukier) <u>Banan 150g</u> <u>Napój owsiany 330ml</u>	<u>Serek brzoskwiniowy „Bio 140g</u> (mleko, twarożek odtłuszczony z mleka, śmietanka pasteryzowana Bio, cukier trzcinowy Bio, białko z mleka Bio, skrobia Bio, laska wanilii Bio, owoce) <u>Banan 150g</u>

	<u>rzodkiewka 10g, ogórek kiszony 5g</u>		
Środa 23.09.2026	<u>Kakao 250g</u> <u>Kawa mleczna 250g</u> (mleko z laktozą 2%, żyto, jęczmień) <u>Chleb pełnoziarnisty 40g</u> (gluten pszenny 20%, mąka razowa 80%, drożdże woda, soja , orkisz , zakwas, żurek sól) <u>Masło zambrowskie 5g</u> (śmietanka , masło , serwatka , emulgator E-47, sól, barwnik) <u>Pasztet pieczony z żurawiną 20g</u> (mięso wieprzowe, sól, przyprawy, aromaty mięsne, wzmacniacz smaku, glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz E300, żurawina, substancja konserwująca azotyn sodu, możliwa obecność gorczycy i glutenu) <u>pomidorek koktajlowy 10g, awokado 5g</u> <u>Ogórek świeży 10g, kiełki warzywne 2g</u>	<u>Zacierka na rosole z natką pietruszki 250g</u> (woda, marchew, pietruszka, seler , por, mąka pszenna , mleko 2% , jaja , antrykot wołowy, ćwiartka z kurczaka, porcja rosółowa, natka pietruszki,) <u>Kotlet pożarski 100g</u> (filet z kurczaka, jaja , gluten pszenny, olej,) <u>ziemniaki puree z koperkiem 120g</u> <u>Surówka meksykańska 120g</u> (kapusta biała, marchew, papryka, kukurydza, fasola czerwona, por, oliwa) <u>Soczek multiwitamina 100ml</u>	<u>Soczek „Tymbark” 100ml</u> (Sok pomarańczowy 100% z zagęszczonego soku) <u>Wafle kukurydziane 5g</u> ((kukurydza 51%, grys kukurydziany 48,35%, sól morską 7,5g, może zawierać soję i sezam)
Czwartek 24.09.2026	<u>Kawa mleczna 250g</u> (mleko z laktozą 2%, żyto, jęczmień) <u>Chleb razowy 40g</u> (gluten pszenny , gluten żytni , woda, drożdże, sól) <u>Masło zambrowskie 5g</u> (śmietanka , masło , serwatka , emulgator E-47, sól, barwnik) <u>Ser żółty 10g</u> <u>Humus paprykowy 5g</u> <u>Ogórek kiszony 10g, pomidor 10g</u> <u>sałata 5g, kiełki warzywne 2g</u>	<u>Krupnik z kaszy pęczak na wywarze warzywnym 250g</u> (woda, kasza pęczak, marchew, ziemniaki, pietruszka, por, seler) <u>Vegańska fasolka po bretońsku 150g</u> (fasola biała, pomidory, przecier pomidorowy, czosnek, cebula, oliwa z oliwek, przyprawy) <u>Jabłko 90g</u> <u>Herbata z miodem i cytryną 200ml</u>	<u>Jogurt naturalny 100g</u> <u>Ciastka zbożowe z owocami 30g</u> (mąka pszenna 36% pszenna pełnoziarnista 6,1%, żytnia 2%, jęczmienna 1%, pełnoziarniste płatki owsiane 19,4% orkiszowe 1% nierafinowany cukier trzcinowy, olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z mleka), substancja spulchniająca ..węglany sodu (soda oczyszczona), węglany węgla amoniu, sól morską, aromat może zawierać soję)
Piątek 25.09.2026	<u>Manna na mleku 250g</u> (mleko laktozą 2%, kasza manna, cukier) <u>Bułka angelka 40g</u> (gluten pszenny , drożdże, woda, sól) śmietanka , masło , serwatka , emulgator E-47, sól, barwnik) <u>Miód naturalny 2g</u> <u>Twarożek 20g</u> (mleko, śmietanka , kultury bakterii) <u>Papryka 5g, szczypiorek 2g</u>	<u>Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze mięsnym 250g</u> (woda, pieczarki, marchew, seler , pietruszka, por, porcja rosółowa b/skóry, śmietana , jogurt , makaron 4-jajeczny skład: mąka pszenna , mąka z pszenicy Durum , jaja) <u>Ryba po grecku z warzywami w sosie pomidorowym 150g</u> (filet z miruny, marchew, pietruszka, seler , por, cebula, gluten Koncentrat pomidorowy) <u>ziemniaki puree z koperkiem 80g</u> <u>Śliwka 60g</u> <u>Woda z miodem i cytryną 200ml</u>	<u>Mus owocowo-warzywny 40g</u> (przecier jabłkowy 60%, przecier brzoskwiński 30%, przecier dyniowy <u>Talarki z błonnikiem b/cukru 20g</u> (mąka pszenna , olej rzepakowy, mleko)

	<u>pomidor 10g pestki dyni 2g</u>		
--	-----------------------------------	--	--

Z niezależnych od nas przyczyn jadłospis w danym dniu może ulec zmianie, za co przepraszamy.