

Jadłospis

05.10 - 09.10.2026

	Śniadanie - składniki	Obiad - składniki	Podwieczorek - składniki
Poniedziałek 05.10.2026	<u>Kakao 250g</u> <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>Jajecznica ze szczypiorkiem 50g</u> (jaja ,szczypior , masło) <u>Pasztet drobiowy20g</u> <u>Rzodkiewka 5g , ogórek kiszony 10g</u> <u>pomidorki chery 5g awokado 5g.</u>	<u>Zupa koperkowa z ryżem na wywarze warzywnym 250g</u> (woda, ryż, marchew, pietruszka , seler , koper, por, natka pietruszki, masło roślinne) <u>Gulasz z szynki wieprzowej 100g</u> (woda, wieprzowina b/k, gluten pszenny , przyprawy) <u>Kluski kopytka 100g</u> (mąka pszenna , mąka ziemniaczana , jaja) <u>Surówka z brunatnej kapusty i marchwi 80g</u> (kapusta brunatna, marchew ,jabłka, cebula, oliwa) <u>Skyr naturalny 250ml</u>	<u>Mus owocowy 20g</u> (przecier jabłkowy 60%,przecier brzoskwiniowy 30% , przecier bananowy) <u>Talarki z błonnikiem b/cukru 20g</u> (mąka pszenna , olej rzepakowy, mleko)
Wtorek 06.10.2026	<u>Kakao 250g</u> (mleko2%, kakao, tłuszcz kakaowy, 10-12%) <u>Chleb pełnoziarnisty 40g</u> (gluten pszenny 20% , mąka razowa80% , drożdże woda, soja , orkisz , zakwas, żurek sól) <u>Masło zambrowskie 5g</u> (śmietanka, masło, serwatka, emulgatorE-47,sól, barwnik) <u>Kabanos wieprzowy podsuszany 20g</u> (mięso wieprzowe, sól ,przyprawy ,sól, aromaty mięsne, wzmacniacz smaku ,glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz E300 substancja konserwująca azotyn sodu ,możliwa obecność gorczycy i glutenu) <u>pomidorek koktajlowy 10g</u> <u>Ogórek świeży 10g ,kielki rzodkiewki2g</u>	<u>Zupa fasolowa z ziemniakami i wędzonką 300g</u> (woda, fasola, ziemniaki, marchew ,pietruszka , seler , por, ćwiartka z kurczaka, porcja rosołowa ,kielbasa podwawelska-skład: mięso wieprz. 67,mięso wol.8%,skórki wieprzowe, tłuszcz wieprzowy, skrobia ziemniaczana, .sól, substancja .konserw, boczek wędzony) <u>Knedle z morelą i masłem160g</u> (mąka pszenna , mąka ziemniaczana, morela, jaja , masło) <u>Jabłko 70g</u> <u>Herbata z cytryną 200ml</u>	<u>Jogurt naturalny 100g</u> <u>Ciastka zbożowe z owocami 30g</u> (mąka pszenna 36% pszenna pełnoziarnista6,1%, żytnia 2%, jęczmianna 1%,pełnoziarniste płatki owsiane 19,4% orkiszowe 1%,sól morską nierafinowany cukier trzcinowy ,olej słonecznikowy ,serwatka w proszku(z mleka),substancja spulchniająca, węglany sodu (soda oczyszczona, węglany amonu, aromat może zawierać soję)
Środa 07.10.2026	<u>Płatki kukurydziane na mleku 250g</u> (grysy kukurydziane ,cukier ,sól , regulator kwasowości(fosforany sodu),melasa, substancje wzbogacające witaminy(B3,B5,B2,B6,B9),może zawierać orzeszki ziemne i orzechy)	<u>Zupa wiedeńska na wywarze mięsnym z natką pietruszki 250g</u> (woda ,kasza manna, marchew, pietruszka , seler , por, ćwiartka z kurczaka, porcja rosołowa, natka pietruszki) <u>Kotlet schabowy 100g</u>	<u>Soczek „Tymbark”100ml</u> (Sok pomarańczowy100% z zagęszczonego soku) <u>Ciasto marchewkowe 100g</u>

	<u>Chalka drożdżowa 40g</u> <u>Bułka angelka 40g</u> (mąka pszenna typ 650 ,drożdże ,sól , woda) <u>Masło zambrowskie 5g</u> (śmietanka, masło, serwatka, emulgatorE-47,sól, barwnik) <u>Twarożek 20g</u> (mleko, śmietanka, kultury bakterii fermentacji mlekowej) <u>Dżem brzoskwiniowy 5g</u> <u>pomidor 10 g. rzodkiewka10g</u> <u>Ogórek świeży 10g</u> <u>żurawina suszona.</u>	(filet z kurczaka , jaja , gluten pszenny, olej,) <u>Ziemniaki puree z koperkiem 120g</u> <u>Surówka z białej kapusty i marchwi 80g</u> (kapusta biała, marchew, kukurydza ,por, oliwa) <u>Soczek multiwitamina 100ml</u>	(mąka pszenna , jaja ,marchew, kakao , cukier ,soda oczyszczona)
Czwartek 08.10.2026	<u>Kakao 250g</u> (mleko2%, kakao, tłuszcz kakaowy.10-12%) <u>Angelka 30g</u> (gluten pszenny ,drożdże, woda, ,sól) <u>Masło zambrowskie 5g</u> (śmietanka, masło, serwatka, emulgatorE-47,sól, barwnik) <u>Kanapka dekoracyjna</u> (jajko 25g,szynka10g) <u>sałata 5g, ogórek świeży5g,papryka 5g</u>	<u>Zupa ogórkowa z ziemniakami na wywarze warzywnym 250g</u> (woda, ogórki kiszane, marchew, pietruszka , seler , por, jogurt grecki, mąka pszenna , natka pietruszki) <u>Makaron pełnoziarnisty z pomidorami i cieciorą 160g</u> <u>180g</u> (makaron, jaja , gluten pszenny , pomidory, suszone pomidory, passata pomidorowa, ciecierzycza) <u>Śliwka 60g</u> <u>Woda z miętą 250ml</u>	<u>Serek „Bakuś” do kieszonki 130g</u> (mleko pasteryz.62% , śmietanka 25%, cukier, skrobia modyfikowana ,odtłuszczone mleko w proszku, substancje zagęszczające : kargen, guma guar , stabilizator :węglan sodu, węglan wapnia ,aromat waniliowy) <u>Andruty 50g(</u> (mąka pszenna ,olej rzepakowy, mleko w proszku odtłuszczone, sól, wodorowęglan sodu)
Piątek 09.10.2026	<u>Zacierka na mleku 250g</u> (mleko z laktoza2%, mąka pszenna , jaja) <u>Bułka angelka 40g</u> (mąka pszenna typ 650 ,drożdże ,sól , woda) <u>Masło zambrowskie 5g</u> (śmietanka, masło, serwatka, emulgatorE-47,sól, barwnik) <u>Pastella z łososia 3g</u> <u>Ser żółty 10g. mozzarella kulki 2g</u> <u>Ogórek kiszony10g. kielki warzywne 2g</u> <u>Pomidor 5g, awokado 5g, sałata 2g</u>	<u>Zupa serowa z makaronem 300g</u> (woda ,makaron , ser żółty , ser topiony , porcja rosółowa ,ćwiartka z kurczaka , koncentrat pom.30%pasteryz , marchew, pietruszka, por, seler , jogurt grecki śmietana) <u>Paluszki rybne pieczone 120g</u> (filet z mintaja57%,błonnik pszenny , kurkuma, skrobia ziemniaczana glutaminian monosodowy) <u>ziemniaki z koperkiem 180g</u> <u>Sur z kapusty kiszonej i marchwi 120g</u> (kapusta kiszona, marchew, cebula ,olej, cukier) <u>Jogurt vege 150g</u>	<u>Gofry b/cukru 20g</u> (mąka pszenna ,olej rzepakowy, mleko w proszku odtłuszczone, sól, wodorowęglan sodu) <u>Nektarynka 70g</u>

Do posiłków używamy przypraw: pieprz naturalny, pieprz ziołowy, papryka słodka , liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, oregano, sól morską, przyprawa curry, bazylią, zioła prowansalskie, czosnek)