

Jadłospis

15.12 - 19.12.2025

	Śniadanie - składniki	Obiad - składniki	Podwieczorek - składniki
Poniedziałek 15.12.2025	<u>Zacierka na mleku 250g</u> (mleko z laktoza2%, mąka pszenna, jaja) <u>Bułka angielska 40g</u> (mąka pszenna typ 650 ,drożdże ,sól, woda) <u>Masło ekstra dobre! 5g</u> (śmietanka pastery zowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,białko 0,7g,naturalny sól) <u>Paszтет drobiowy 10g</u> <u>Ser żółty 10g</u> <u>Ogórek kiszony10g, kielki warzywne 2g</u> <u>pomidor 5g, awokado 5g, sałata 2g</u> <u>Pestki dyni 2g</u>	<u>Zupa z czerwonej soczewicy z ziemniakami z wędzonką 300g</u> (woda, czerwona soczewica, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler , por, ćwiartka z kurczaka, porcja rosółowa, kielbasa podwawelska- skład: mięs.wieprz67,mięso woł.8%,skórki wieprzowe, tłuszcz wieprzowy skrobia ziemniaczana, ,sól substancja konserwująca) <u>Spagettii z mięsem i warzywami 150g</u> (makaron, szynka wieprzowina b/k/marchew, pietruszka, seler , por papryka, koncentrat pomidorowy ,sos boloński, sos spagettii, gluten pszenny) <u>serek dubajski 130g</u>	<u>Soczek „Tymbark”100ml</u> (Sok pomarańczowy 100% z zagęszczonego soku) <u>Podplomyk b/cukru 50g</u> (mąka pszenna, olej rzepakowy, mleko w proszku odtłuszczone, sól ,wodorowęglan <u>Gruszka 100g</u>
Wtorek 16.12.2025	<u>Kawa mleczna 250g</u> (mleko z laktoza2%,żyto, jęczmień) <u>Chleb razowy 40g</u> (gluten pszenny , gluten żytni , woda, drożdże, sól) <u>Masło ekstra dobre! 5g</u> (śmietanka pastery zowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,białko 0,7g,naturalny sól) <u>Kabanos wieprzowy podsuszany 20g</u> (mięso wieprzowe, sól, przyprawy, aromaty mięsne, wzmacniacz smaku, glutaminian monosodowy, przeciwutleniacz E300,azotyn sodu, substancja konserwująca, możliwa obecność gorczycy i glutenu) <u>pomidorek koktajlowy 10g</u> <u>Ogórek świeży 10g ,kielki rzodkiewki2g</u>	<u>Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g</u> (woda, kasza jęczmienna, marchew, ziemniaki ,pietruszka ,por, seler ,porcja rosółowa, ćwiartka z kurczaka) <u>Medaliony z indyka w sosie pieczeniowym 100g</u> (filet z indyka, mąka pszenna , cebula ,olej) <u>Ziemniaki 120g</u> <u>Sur. z kapusty białej i marchwi z chrzanem 120g</u> (kapusta biała, marchew, papryka, kukurydza , chrzan ,por ,oliwa) <u>Jogurt do picia 250ml</u>	<u>Jogurt pitny Bakuś” 250g</u> (mleko, cukier ,owoce 1,5%, barwniki: betanina , karoteny, aromat, żywe kultury bakterii jogurtowych) <u>Banan 150g</u>
Środa 17.12.2025	<u>Herbata z cytryną 200g</u> (woda, herbata ,cytryna ,cukier) <u>Chleb 40g</u> (gluten pszenny, drożdże, woda ,sól) <u>Masło ekstra dobre! 5g</u>	<u>Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g</u> (woda, kalafior, fasola zielona, ziemniaki, marchew pietruszka,, seler , por, jaja , śmietana , ćwiartka z kurczaka ,porcja rosółowa) <u>Gulasz z szynki wieprzowej 100g</u> (woda, wieprzowina b/k, gluten pszenny , przyprawy <u>Kasza kus -kus 80g</u>	<u>Herbata z cytryną 200g</u> (woda, herbata ,cytryna ,cukier) <u>Rogaliki drożdżowe z jabłkiem 100g</u> (mąka pszenna typ 550, jaja, margaryna ,cukier ,drożdże, mleko , sól , serwatka w proszku ,środek

	(<u>śmietanka</u> pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%, w tym kwasy tłuszczowe 54g, cukry 0,7g, białko 0,7g, naturalny sól) <u>Jajecznica ze szczypiorkiem 50g</u> (<u>jaja</u>, <u>szczypior</u>, <u>masło</u>) <u>Pasztet drobiowy 20g</u> <u>Rzodkiewka 5g</u>, <u>ogórek kiszony 10g</u> <u>Szczypiorek 5g</u>, <u>pomidor 10g</u>	<u>Sur. z brunatnej kapusty i marchwi 120g</u> (kapusta czerwona, marchew, jabłko, por, oliwa) <u>Woda z miodem i cytryną 200ml</u>	do przetwarzania mąki-kwas L-askorbinowy, preparaty enzymatyczne)
Czwartek 18.12.2025	<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>Chalka drożdżowa 40g</u> <u>Masło ekstra dobre! 5g</u> (<u>śmietanka</u> pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%, w tym kwasy tłuszczowe 54g, cukry 0,7g, białko 0,7g, naturalny sól) <u>Twarożek 20g</u> (mleko, śmietanka, kultury bakterii fermentacji mlekowej) <u>Miód naturalny 2g</u>, <u>rzodkiewka 5g</u>, <u>szczypiorek 2g</u>, <u>żurawina suszona 2g</u>	<u>Zalewajka z ziemniakami i kielbasą 300g</u> (woda, ziemniaki, porcja rosółowa, kości wędzone, kielbasa skład: mięs. wieprz 67%, mięso wol. 8%, skórki wieprzowe, tłuszcz wieprzowy, skrobia wieprzowa, skrobia ziemniaczana, sól sub. konserwująca, cebula, marchew, pietruszka, por, seler, barszcz biały - tłuszcz, białko, cukry, kwasy nasycone, gluten pszenny, śmietana) <u>Pierogi z kapusty i grzybów i cebulką 150g</u> (mąka pszenna, pieczarki, jaja, olej, cebula) <u>Jogurt z musem owocowym 120g</u> <u>Herbata z cytryną 200ml</u>	<u>Mus owocowo-warzywny 40g</u> (przecier jabłkowy 60%, przecier brzoskwiński 30%, przecier dyniowy) <u>Gofry b/cukru 50g</u> (mąka pszenna, olej rzepakowy, mleko w proszku odtłuszczone, sól, wodorowęglan sodu)
Piątek 19.12.2025	<u>Kakao 250g</u> (mleko 2%, kakao, tłuszcz kakaowy. 10-12%) <u>Angielka 30g</u> (gluten pszenny, drożdże, woda, sól) <u>Masło ekstra dobre! 5g</u> (<u>śmietanka</u> pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%, w tym kwasy tłuszczowe 54g, cukry 0,7g, białko 0,7g, naturalny sól) <u>Kanapka dekoracyjna</u> (jajko 25g, szynka 10g) <u>sałata 5g</u>, <u>ogórek świeży 5g</u> <u>papryka świeża 5g</u>, <u>awokado 5g</u>	<u>Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g</u> (woda, ogórki kiszone, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana, natka pietruszki, ćwiartka z kurczaka, porcja rosółowa) <u>Makaron z serem i polewą śmietanowo-jogurtową 180g</u> (makaron, jaja, gluten pszenny, jogurt grecki, śmietana 18%, ser biały, cukier) <u>Mandarynka 60g</u> <u>Woda 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 0, węglany amonu,

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

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

