

Jadłospis

10.11 - 14.11.2025

	Śniadanie - składniki	Obiad - składniki	Podwieczorek - składniki
Poniedziałek 10.11.2025		DZIEŃ WOLNY	
Wtorek 11.11.2025		ŚWIĘTO NIEPODLEGŁOŚCI DZIEŃ WOLNY	
Środa 12.12.2025	<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> (śmietanka pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,białko 0,7g,naturalny sól) <u>Jajecznica ze szczypiorkiem 50g</u> (jaja ,szczypior , masło) <u>Pasztet drobiowy20g</u> <u>Rzodkiewka 5g , ogórek kiszony 10g</u> <u>Szczypiorek 5g, pomidor10g</u>	<u>Zupa pejzanka z ziemniakami 300g</u> (woda, pomidory, groszek konserwowy ,ziemniaki ,marchew, pietruszką, seler ,por, śmietana , natka pietruszki, ćwiartka z kurczaka ,porcja rosołowa) <u>Pierś z kurczaka po chińsku 180g</u> (filet z kurczaka ,marchew, papryka świeża, cebula ,przyprawy, sos słodko-kwaśny ,sos chiński, koncentrat pomidorowy, mąka ziemniaczana) <u>Ryż paraboliczny 80g</u> <u>Mus owocowo-warzywny 40g</u> (przecier jabłkowy 60%,przecier brzoskwiniowy 30% , przecier dyniowy	<u>Soczek „Tymbark”100ml</u> (Sok pomarańczowy100% z zagęszczonego soku) <u>Wafle ryżowe 8g</u> (czekolada mleczna 58% , cukier, tłuszcz kakaowy, mleko w proszku, masa kakaowa minimum36%(w czekoladzie) ,emulgator : lecytyny z soi , naturalny aromat waniliowy, ryż brązowy,47% ,sól morską 0,8%) enzymatyczne) <u>Śliwka 60g</u>
Czwartek 13.11.2025	<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>Chąłka drożdżowa 40g</u> <u>Masło ekstra dobre! 5g</u> (śmietanka pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,białko 0,7g,naturalny sól) <u>Twarożek 20g</u> (mleko, śmietanka, kultury bakterii fermentacji mlekowej)	<u>Zupa pomidorowa z makaronem 300g</u> (woda ,makaron , porcja rosołowa ,ćwiartka z kurczaka , koncentrat pom.30%pasteryz , marchew, pietruszka, por, seler , jogurt grecki śmietana makaron 4jajeczny skład :mąka pszenna , mąka z pszenicy Durum, jaja) <u>Gulasz z szynki wieprzowej 100g</u> (woda, wieprzowina b/k, gluten pszenny , przyprawy) <u>ziemniaki z koperkiem 80g</u> <u>Ogórek kiszony 80g</u> <u>Skyr owocowy 250g</u>	<u>Herbata z cytryną 200g</u> (woda, herbata ,cytryna ,cukier) <u>Ciasto jogurtowe 100g</u> (mąka pszenna ,jaja ,marchew, kakao , cukier ,soda oczyszczona) <u>Jabłko 100g</u>

	<u>Miód naturalny 2g,rzodkiewka 5g, szczypiorek 2g,żurawina suszona 2g</u>		
Piątek 14.11.2025	<u>Kakao 250g</u> (mleko2%, kakao, tłuszcz kakaowy.10-12%) <u>Angielka 30g</u> (gluten pszenny ,drożdże, woda ,sól) <u>Masło ekstra dobre! 5g</u> (śmietanka pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,białko 0,7g,naturalny sól) <u>Kanapka dekoracyjna</u> (jajko 25g,szynka10g) <u>sałata 5g, ogórek świeży 5g</u> <u>papryka świeża 5g, awokado 5g</u>	<u>Zupa z czerwonej soczewicy z ziemniakami i wędzonką 300g</u> (woda, czerwona soczewica, ziemniaki ,marchew, pietruszka , seler , por, ćwiartka z kurczaka, porcja rosółowa, kielbasa podwawelska-skład: mięs.wieprz67,mięso wol.8%,skórki wieprzowy, tłuszcz wieprzowy, skrobia wieprzowa ,skrobia ziemniaczana .sól , substancja konserw, boczec wędzony) <u>Pierogi z serem i polewą śmietanowo- jogurtową 180g</u> (jaja, gluten pszenny, ser biały , jogurt grecki, śmietana 18%, cukier_) <u>Mandarynka 80g</u> <u>Kompot wieloowocowy 200ml</u> (woda, owoce mrożone, cukier)	<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>Biszkopty b/cukru 50g</u> (mąka pszenna , olej rzepakowy, mleko w proszku odtłuszczone, sól, wodorowęglan sodu)

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

Jadłospis
17.11 - 21.11.2025

	Śniadanie - składniki	Obiad - składniki	Podwieczorek - składniki
Poniedziałek 17.11.2025	<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 ekstra dobre! 5g</u> (śmietanka pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,białko 0,7g,naturalny sól) <u>Pasztet drobiowy 10g</u> <u>Ser żółty 10g</u> <u>Ogórek kiszony10g, kielki warzywne 2g</u> <u>Pomido 5g, awokado 5g, sałata 2g</u> <u>Pestki dyni 2g</u>	<u>Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem300g</u> (woda, szczaw konserwowy ,ziemniaki ,marchew, pietruszka, seler , ,por, śmietana , ćwiartka z kurczaka, porcja rosółowa) <u>Gulasz z szynki wieprzowej 100g</u> (woda, wieprzowina b/k, gluten pszenny , przyprawy <u>Kasza bulgur 80g</u> <u>Ogórek kiszony 80g</u> <u>Skyr owocowy do picia 250g</u>	<u>Soczek „Kubuś”250ml</u> (Sok pomarańczowy100% z zagęszczonego soku) <u>Wafle ryżowe 8g</u> (czekolada mleczna 58% , cukier, tłuszcz kakaowy, mleko w proszku, masa kakaowa minimum36%(w czekoladzie) ,emulgator : lecytyny z soi , naturalny aromat waniliowy, ryż brązowy,47% ,sól morską 0,8%) enzymatyczne)
Wtorek 18.11.2025	<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 pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,białko 0,7g,naturalny sól) <u>Parówka na ciepło 20g</u> (mięso wieprzowe, sól, przyprawy, ekstrakty, aromaty mięsne, przeciwutleniacz E300 , ,wzmacniacz smaku, glutaminian monosodowy, substancja konserwująca, azotyn sodu, możliwa obecność gorczycy i glutenu) <u>pomidorki chery 5g , szczypiorek</u> <u>Ogórek świeży 10g , papryka świeża</u>	<u>Zupa dyniowa z ziemniakami 300g</u> (woda, dynia mrożona ,ziemniaki ,marchew, pietruszka, seler ,por, śmietana , natka pietruszki, ćwiartka z kurczaka ,porcja rosółowa) <u>Knedle z mięsem i cebulką 150g</u> (mąka pszenna, jaja , olej, łopatką wieprzową, cebula) <u>Sur. z kapusty białej i marchwi z chrzanem 120g</u> (kapusta biała, marchew, papryka, kukurydza , chrzan ,por, oliwa) <u>Mandarynka 60g</u> <u>Herbata z cytryną 200ml</u> (woda, herbata „Saga”, cytryna ,cukier)	<u>Jogurt pitny Bakuś” 250g</u> (mleko, cukier ,owoce 1,5%, barwniki: betanina , karoteny ,aromat, żywe kultury bakterii jogurtowych) <u>Banan 150g</u>
Środa 19.11.2025	<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> (śmietanka pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,białko 0,7g,naturalny sól) <u>Jajecznica ze szczypiorkiem 50g</u>	<u>Zupa pomidorowa z makaronem 300g</u> (woda ,makaron , porcja rosółowa ,ćwiartka z kurczaka , koncentrat pom.30%pasteryz , marchew, pietruszka, por, seler , jogurt grecki śmietana makaron 4jajeczny skład :mąka pszenna , mąka z pszenicy Durum , jaja) <u>Medaliony z indyka w sosie pieczeniowym 100g</u> (filet z indyka, mąka pszenna , cebula ,olej) <u>Ziemniaki 120g</u> <u>Surówka meksykańska 120g</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 do przetwarzania mąki -kwas L-askorbinowy ,preparaty enzymatyczne)

	<u>(jaja ,szczypior , masło)</u> <u>Pasztet drobiowy20g</u> <u>Rzodkiewka 5g , ogórek kiszony 10g</u> <u>Szczypiorek 5g, pomidor10g</u>	(kapusta biała, marchew, papryka, kukurydza ,fasola czerwona ,por, oliwa) <u>Soczek multiwitamina 100ml</u>	
Czwartek 20.11.2025	<u>Płatki kukurydziane na mleku 250g</u> (grys kukurydziany ,cukier ,sól , regulator kwasowości(fosforany sodu),melasa, substancje wzbogające witaminy(B3,B5,B2,B6,B9),może zawierać orzeszki ziemne i orzechy) <u>Chąłka drożdżowa 40g</u> <u>Masło ekstra dobre! 5g</u> (śmietanka pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,białko 0,7g,naturalny sól) <u>Twarożek 20g</u> (mleko, śmietanka, kultury bakterii fermentacji mlekowej) <u>Miód naturalny 2g,rzodkiewka 5g,</u> <u>szczypiorek 2g,żurawina suszona 2g</u>	<u>Barszcz czerwony z uszkami 300g</u> (woda, buraki, ziemniaki, marchew, pietruszka ,seler, por, porcja rosółowa ,łopatka b/k, jaja ,gluten) <u>Makaron z truskawkami, polewą śmietanowo- jogurtową 180g</u> (makaron, jaja, gluten pszenny, jogurt grecki, śmietana 18%, truskawki, cukier) <u>Banan150g</u>	<u>Mus owocowo-warzywny 40g</u> (przecier jabłkowy 60%,przecier brzoskwiniowy 30% , przecier dyniowy <u>Gofry b/cukru 50g</u> (mąka pszenna, olej rzepakowy, mleko w proszku odtłuszczone, sól ,wodorowęglan sodu <u>0</u>
Piątek 21.11.2025	<u>Kakao 250g</u> (mleko2%, kakao, tłuszcz kakaowy.10-12%) <u>Angielka 30g</u> (gluten pszenny, drożdże ,woda, ,sól) <u>Masło ekstra dobre! 5g</u> (śmietanka pasteryzowana bez barwników: tłuszcz 82%,w tym kwasy tłuszczowe54g, ,cukry0,7g,białko 0,7g,naturalny sól) <u>Kanapka dekoracyjna</u> (jajko 25g,szynka10g) <u>sałata 5g, ogórek świeży 5g</u> <u>papryka świeża 5g, awokado 5g</u>	<u>Zupa pieczarkowa z makaronem 300g</u> (woda, pieczarki, marchew, seler, pietruszka, por ,porcja rosółowa b/skóry, śmietana, jogurt, makaron 4jajeczny skład: mąka pszenna, mąka z pszenicy Durum, jaja) <u>Ryba po grecku z warzywami w sosie pomidorowym 150g</u> (filet z miruny, marchew ,pietruszką, seler ,por, cebula, gluten koncentrat pomidorowy) <u>ziemniaki z koperkiem 80g</u> <u>Jogurt z musem owocowym 120g</u>	<u>Jogurt naturalny 100g</u> <u>Ciastka zbożowe z owocami 30g</u> (mąka pszenna 36% pszenna pełnoziarnista6,1%,żytnia2%, jęczmianna1%,pełnoziarniste płatki owsiane 19,4%orkiszowe1%,nierafinowany cukier trzcinowy ,olej słonecznikowy ,serwatka w proszku(z mleka),substancja spulchniająca ..węglany sodu (soda oczyszczona0,węglany węglany amonu),

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

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