



JADŁOSPIS

13.07.2026



PONIEDZIAŁEK - 998 KCAL	
ŚNIADANIE	• Pieczywo graham/gluten/, masło /mleko/, szynka z indyka, pomidor 50g. • Pieczywo graham/gluten/, masło /mleko/, ser biały /mleko/, papryka 50g. • Herbata wiśniowa 200ml. Składniki: pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, mięso z indyka 90%, ser-mleko, pomidor, papryka
II ŚNIADANIE	• Jabłko 150g
OBIAD	• Zupa /mleko/ brokułowa z ryżem 300ml. • Pierogi /gluten/ z mięsem i cebulką 7szt. • Kompot 200ml. Składniki: brokuły, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana18%-mleko, ryż/ mąka-gluten, mięso wieprzowe, cebula, cebula
PODWIECZOREK	• Wyrób własny- Smoothie truskawkowe 150ml. /mleko/, pieczywo chrupkie 2szt /gluten/ Składniki: jogurt naturalny-mleko, mleko, truskawki, pieczywo-gluten
II PODWIECZOREK	• Banan

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym





JADŁOSPIS

14.06.2026



WTOREK - 955,1 KCAL	
ŚNIADANIE	- Pieczyno z ziarnami/gluten/, masło /mleko/, pasta z jajka /jajko/ i sera żółtego /mleko/ z rzodkiewką i szczypiorkiem 100g. - Herbata malinowa 200ml. Składniki: pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, ser żółty-mleko, majonez-jajko, śmietana 12%-mleko, jajko, rzodkiewka, szczypiorek
II ŚNIADANIE	Banan
OBIAD	- Krem /mleko/ z zielonych warzyw z grzankami 300ml /gluten/ - Kokardki 150g /gluten/ z serem białym 50g /mleko/ - Kompot 200ml. Składniki: brokuł, groszek zielony, szpinak, śmietana 18%-mleko, ziemniaki, przyprawy ziołowe, grzanki-gluten/ makaron-gluten, ser-mleko
PODWIECZOREK	Wyrób własny- Parówka zapiekana w cieście francuskim 1 szt /gluten/, ogórek zielony do chrupania Składniki: ciasto francuskie: mąka-gluten, olej; parówka z szynki 93%; ogórek zielony
II PODWIECZOREK	Owoc sezonowy



- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym



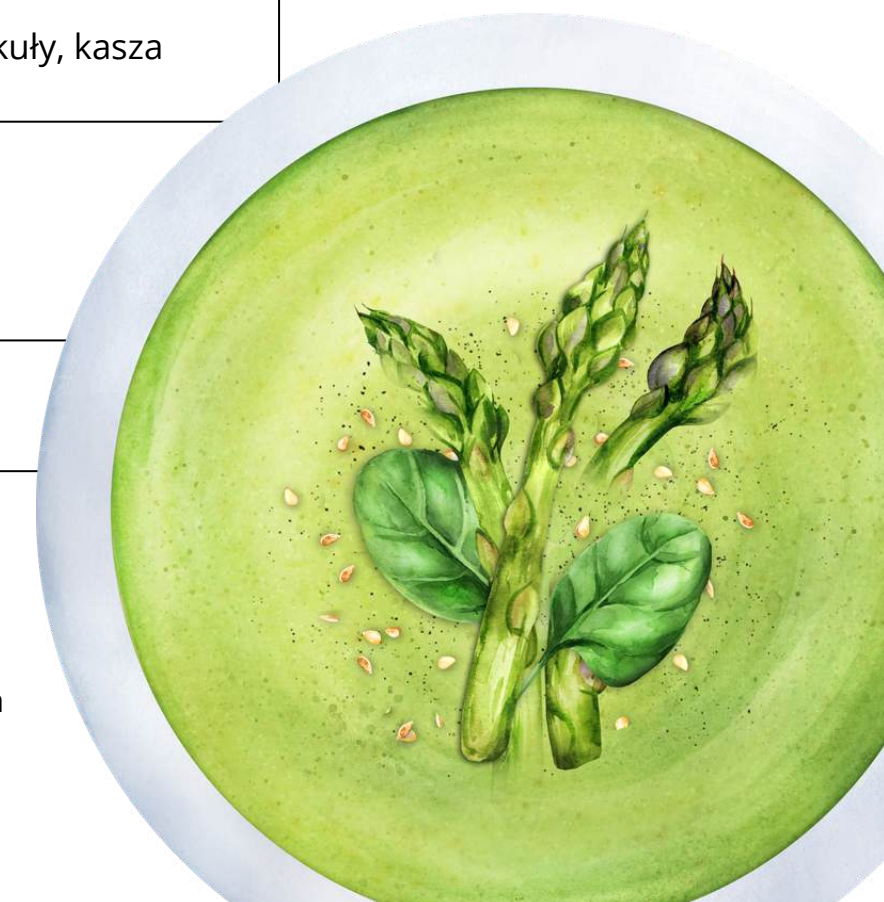


JADŁOSPIS

15.07.2026

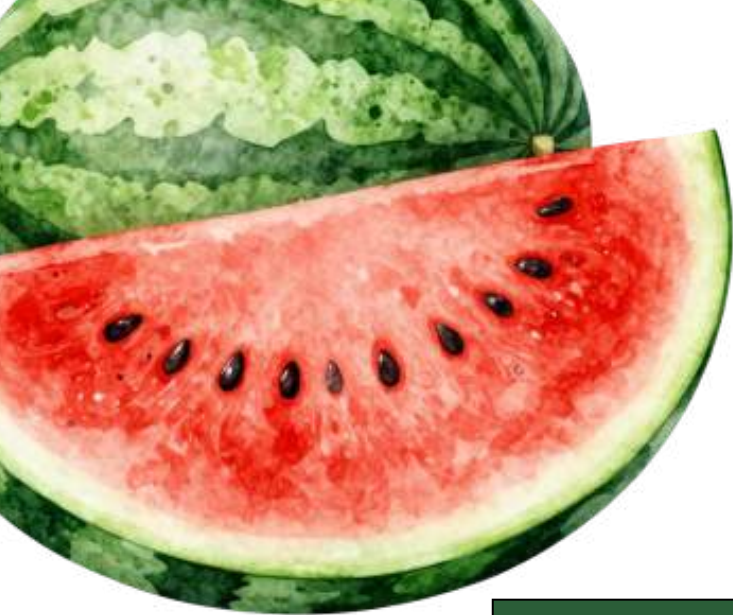


	ŚRODA - 990,4 KCAL
ŚNIADANIE	• Pieczywo słonecznikowe /gluten/, masło /mleko/, szynka konserwowa, papryka 50g. • Pieczywo słonecznikowe /gluten/, masło /mleko/, twarożek /mleko/ z suszonymi pomidorami 50g. • Herbata owocowa 200ml. Składniki: pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, mięso wieprzowe 90%,ser-mleko, papryka, suszone pomidory
II ŚNIADANIE	• Owoc sezonowy
OBIAD	• Zupa rosół /seler/ z makaronem 300ml /gluten/ • Talarki /gluten, jajko/ drobiowe z brokułami i kaszą jaglaną 80g, ziemniaki puree 100g /mleko/, surówka z marchewki tartej 70g. • Kompot 200ml. Składniki: kurczak, marchew, pietruszka, seler, natka pietruszki, przyprawy ziołowe, makaron-gluten/ mięso z kurczaka, brokuły, kasza jaglana, jajko, bułka tarta-gluten, ziemniaki, mleko, marchewka
PODWIECZOREK	• Bułka razowa/gluten/, masło /mleko/, ser żółty /mleko/, ogórek zielony 70g. Składniki: pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, ser-mleko, ogórek zielony
II PODWIECZOREK	• Jabłko 150g



- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym





JADŁOSPIS

16.07.2026



CZWARTEK - 987,5 KCAL	
ŚNIADANIE	• Płatki kukurydziane z mlekiem 150ml /mleko/ • Zdrowa kanapeczka warzywna- pieczywo razowe/gluten/, masło /mleko/, ogórek zielony, pomidor, sałata 50g. • Herbata owocowa 200ml. Składniki: płatki kukurydziane, mleko/ pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, ogórek zielony, pomidor, sałata
II ŚNIADANIE	• Jabłko 150g
OBIAD	• Zupa ziemniaczana 300ml. • Potrawka /gluten, mleko/ z szynki z cukinią, papryką i pomidorami 80g/20g, kasza gryczana 150g. • Kompot 200ml. Składniki: ziemniaki, marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, cebula/ mięso-szynka wieprzowa, mąka-gluten, śmietana 18%-mleko, cukinia, papryka, pomidor, przyprawy, kasza gryczana
PODWIECZOREK	• Wyrób własny- Cynamonka 1szt. /gluten, mleko, jajko/ Składniki: mąka- gluten, mleko, drożdże, jajko, masło 82%- mleko, cynamon
II PODWIECZOREK	• Marchewka 40g

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczane ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym



JADŁOSPIS

17.07.2026



	PIĄTEK - 979,8 KCAL
ŚNIADANIE	• Pieczywo żytnie /gluten/, masło /mleko/, serek wiejski /mleko/ ze szczypiorkiem 50g. • Pieczywo żytnie /gluten/, masło /mleko/, powidło śliwkowe 50g. • Herbata z cytryną 200ml. Składniki: pieczywo-gluten, masło 82%-mleko, twaróg-mleko, szczypiorek, powidło śliwkowe
II ŚNIADANIE	• Marchewka 40g
OBIAD	• Zupa neapolitańska /mleko/ z zacierką 300ml /gluten, jajko/ • Filet rybny /ryba/ w panierce 80g /gluten/, ziemniaki młode z koperkiem 100g, kapusta kiszona 70g. • Kompot 200ml. Składniki: marchewka, pietruszka, kapusta włoska, przyprawy ziołowe, śmietana 18%-mleko, ser żółty-mleko, zacierka: mąka-gluten, jajko/ mintaj-ryba, bułka tarta-gluten, ziemniaki, koperek, kapusta kiszona
PODWIECZOREK	• Sok tłoczony z jabłek (bez cukru) 150ml., wafle ryżowe. Składniki: jabłka, wafle ryżowe
II PODWIECZOREK	• Jabłko 150g

- Firma zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie.
- Wszystkie ciepłe napoje: herbaty, kompoty, kakao, kawa zbożowa są niesłodzone
- Serki z dodatkiem owoców lub z dodatkami warzywnymi są naszym wyrobem własnym
- Zupy nie są zagęszczane, wyjątek stanowią zupy krem, które są zagęszczone ziemniakami
- Wszystkie desery: muffinki, babeczki, ciasta są o obniżonej zawartości cukru trzcinowego lub bez jego dodatku i są naszym wyrobem własnym
- Desery oraz inne ciepłe podwieczorki są naszym wyrobem własnym